Jaro XIII. Junio 1930 Nr. 2

Oficiala Organo de la internacia VEGETARA LIGO ESPERANTISTA (V. L. E)

VEGETARANO

Oficiala Organo de la INTERNACIA VEGETARA UNIO (I. V. U.)

Adreso: Oscar Bünemann, Hamburgo 24, Papenhuderstr. 32, II, Germanujo.

Landaj sekretarioj kaj abonprezo en nacia mono:

Argentino (Pes. pap. 2.—): S-ro Graciano García, Rioja 812, Buenos Aires.

Belgujo (B 4.—): S-no Yvonne Colijn, Jan Borlé-str. 8, rue Jean Borlé, Bruxelles-Auderghem.

Bulgarujo (Levoj 50.—): S-ro Petr Mitkov, Bulevard Evlogi Georgiev 49, Sofio.

Ĉeĥoslovakujo (kĉ. 25.—): S-ro Emil Mai, Mühlfeldgasse 11, Gablonz a. N.

Danujo (dkr. 3.—): F-no Margrethe Noll, Fredericiagade 6, II., Kopenhago-K.

Estonujo (Ekr. 3.—) F-no Helmi Dresen, postkast 6, Talino.

Francujo (ffr. 20.—): F-no Cécile Royer, 14 Rue des Carmes, Parizo V, poŝtkonto Parizo 25 777.

Germanujo (Rm. 3.—): La redaktanto, poŝtkonto Hamburgo 31 883.

Grandbritujo (ŝ. 3/—): S-no Margaret Blaise, „Bonveno", Manor Way, Headstone Lane, Harrow apud Londono.

Hungarujo (P. 4.—): S-ro Bihari Mór, ĉe Szerderit, Telep-u. 14, Budapeŝto VII.

Latvujo (Latoj 4.—): S-ro Julio Bejzots, Aspazia-Bulv. 9, loĝ. 3, Rigo.

Litovujo (Lid. 8.—): S-ro Vladas Butkus, III. Gimnazija, Maironio 12, Kaŭno.

Nederlando (fl. 2.—): S-no Catharina J. Roskes-Dirksen, Anemoonstraat 96, Hago.

Polujo (zl. 8.—): S-ro Chajm Kuŝnir, Ul. Orwida 5, Wolomin powiat Radzyminski.

Sovjetunio (R. 1.50): U. U. Zajcev, Moskvo 66, Lefortovskij per. 7a, kv. 1,

Svedujo (skr. 3.—): S-ro Erik Brenander, Fyrunga.

Svisujo (sfr. 3.—): S-ro Paul Enz, Nuxowerk, Rapperswil, (St. Gallen).

Usono (dol. 1.—): S-ro Karl Fröding, 604, Seventh Street, Rockford, Illinois.

El la landoj necititaj oni sendu rekte al la redaktanto la egalvaloron de 4 svisaj frankoj. La kuponoj de UEA estas akceptataj kaj estu uzataj prefere ol nacia mono. Ne pagu per poŝtmandatoj; ĉar ili kaŭzas kurzan perdon. Anoncoj pri vegetaraj manĝejoj kostas la egalvaloron de dek svisaj frankoj.

La VEGETARA LIGO ESPERANTISTA (V. L. E.) estis fondata en la jaro 1908-a, dum la Dresdena Universala Kongreso de Esperanto. Ĝia organo, la „Vegetarano" estis fondata en la jaro 1914-a. La kotizo por VLE kaj la abonpago por la „Vegetarano" estas identaj.

La celo de VLE estas, disvastigi Esperanton inter la Vegetaranoj kaj Vegetarismon inter la Esperantistoj. Krome, danke al nia internacia helpa lingvo, ĝi volas helpi kaj antaŭenpuŝi la internacian vegetaran movadon kaj la solidarecon inter vegetaranoj de ĉiuj landoj pli efike, ol tion povus fari naciaj organizoj aŭ revuoj.

Fine, nia ligo volas kunigi aron da homoj, kiuj interkonsente komplotas kontraŭ ĉio malbona kaj kiuj subtenas interne je la Esperanta movado la etikan nivelon de nia komuna volo.

La ĝenerala sekretario kaj kasisto de VLE estas nune Oscar Bünemann, Hamburgo 24, Papenhuderstr. 32, II., Germanujo. Landaj sekretarioj prizorgas informojn, enkasigas kotizojn, propagandas kaj tradukas, se oportune, artikolojn el nia organo por naciaj parenccelaj eldonaĵoj.

La „natura" nutraĵo de la homo.

La redaktanto de la „Vegetarano" opinias, ke la demando, ĉu la vegetara nutraĵo estas „natura" por la homo, ne estas tre grava; ĉar la evoluo de malpli alta al pli alta stato de kulturo estas ĉiam laŭ multaj rilatoj malproksimiĝo el „naturaj" cirkonstancoj. Oni ja povas ankaŭ diri, ke estas nenature, dormi en litoj, loĝi en domoj, vivi en landoj nevarmaj ktp. Fakto estas, ke tiuj akirajoj de la civilizeco plej forte antaŭenpuŝis ankaŭ la veran, internan „kulturon" de la homo kaj ke nia vegetara movado nur tie povas bone progresi, kie tekniko kaj civilizo estas sur plej alta ŝtupo. Nur sub kontentigaj eksteraj kondiĉoj la homo havas la eblecon, vivi laŭ sia interna kredo kaj sento kaj nutri ankaŭ sian animon per la trezoroj de intelekto, kiun amasigis jarcentoj post jarcentoj.

Ni tamen devas ofte respondi al kontraŭuloj, kaj tiurilate estas bone scii, kion diras ekzemple la konata pioniro de vegetarismo Felix Ortt (Soest, Utrecht, Nederlando) en „Vegetarische Bode". Unue li diras, ke la uzo de fajro estis la unua paŝo sur la vojo de kulturo kaj ke la fajro ebligis al la homo, fari kadavrojn taŭgaj por nutraĵo; ĉar li ne havis la naturajn organojn, por nutri sin per kadavroj. Tion montras ja ankaŭ la simileco kun certaj altevoluintaj simioj. Plue Ortt diras:

„Evidente la primitiva kulturo faris el la homo estaĵon, kiu manĝas ankaŭ viandon, kaj la solan vivantaĵon, kiu vivis per kuiritaj kaj fritiaj manĝaĵoj. La nuna kulturo kondukis tiujn erarvojojn al la ekstrema pinto de evoluo kaj kaŭzis samtempe la necesajn konsekvencojn por la sano. Nur pli alta kulturo nin liberigos el tiu stato. Tiam oni denove konstatos, kiel laŭ multaj rilatoj, la spiralan vojon de la kulturo, nome: reiron al la antikva tuta aŭ ĉefa vegetarismo, sed sur pli alta nivelo ol la origina fruktmanĝado de la prahomo aŭ kiel ajn oni nomos la originan praavon de la homo."

Historio kaj efiko de tabako.

„En la Okcidentaj Indioj (insuloj apud Ameriko) troviĝas herbo, de la loĝantoj nomita „Upowok". Ĝi havas diversajn nomojn laŭ la loko kie ĝi kreskas kaj laŭ ĝia uzo, sed hispanoj kutime ĝin nomas tabako. Oni pulvorigas la sekigitajn foliojn kaj suĉas ĝian fumon tra argilaj pipoj en la stomakon kaj kapon, kontraŭ malbonaj odoroj. Tiel alte la Indianoj taksas tiun Upowokon, ke ili opinias, ke ĝi tre plaĉas al iliaj dioj; do ili ofere ĵetas ĝin sur sanktajn fajrojn." Tiel priskribis Richard Hakluyt en 1599 en „Vojaĝoj", la herbon nove alportitan al Eŭropo. Laŭ la sama verkisto, „La planto estas tiel multe kulturita en insulo Tobago, ke ĝia nomo poste estis donata al la planto."

Tabako en Eŭropo.

Kiam en 1492, Kristoforo Kolombo alvenis Amerikon, la indiĝenoj fumis tabakpulvoron volvitan en maizfolioj,

kaj kvar jarojn poste Fra Romano Pane priskribis la planton en letero al Peter Martyr. Gonzalo de Oviedo alportis ĝin al Hispanujo en 1525, kaj kulturis ĝin kiel ĝardenfloron. Iom poste, hispana kuracisto Nicolás Monardes verkis libron titolitan, „Ĝojigaj novaĵoj el la novetrovita mondo", en kiu li priskribis kiel la Indianoj kuracis vundojn per tabaksuko aŭ plastroj el ĝiaj folioj. En 1561, Jean Nicot, franca ambasadoro ĉe Lisbono, sendis tabakplantojn al Katarino de Medici, kaj pro tio ĝi nomiĝis nikotiana, sed unue ĝi estis uzata nur kiel medikamento kontraŭ pesto kaj aliaj infektaj malsanoj. Sir John Hawkins portis specimenojn al Anglujo en 1565, kaj ĝi estis kulturata tie kaj en Skotlando en 1571, sed ĝi ne estis ofta, ĝis ĝi ricevis subtenon de Sir Walter Raleigh en 1586. Pro la insulo de kie ĝi precipe venis, ĝi kelkfoje estis nomata Trinidado, sed grade la nomo tabako ricevis ĉiean akcepton.

La fumado en 17-a jarcento.

Unue tabakfumado estis multe kontraŭstarata. En Rusujo nazoj de fumantoj estis trancataj. En Romo, la papoj Urbano VIII-a kaj Inocento la XI-a malpermesis ĝin. Sandys, angla vojaĝanto, en Konstantinoplo, vidis Turkon, kiu sidis sur azeno, kun vizaĝo al ĝia vosto kaj tabakpipo tra truo en la nazo, kiel puno por fumado. Skriba batalado okazis en Anglujo, komenciĝante en 1602 per libro, „Laboro por Kamentubistoj", kiu estis respondata per alia libro, „Defendo de Tabako". La reĝo Jakobo I-a prenis sian plumon por kontraŭbatali, kaj en sia verko, „Argumento kontraŭ Tabako" li ne ŝparis kondamnajn epitetojn. „Tabako," li diris, „estas doloriga al okulo, abomena al nazo, malutila al cerbo, danĝera al pulmoj, kaj ĝia nigra fiodora fumo plej similas al la naŭza odoraĉo de la senfunda Infero." Li opiniis, ke tiu malsaĝa kutimo pereigus la popolan sanon; sed spite lia malŝato ĝi daŭre disvastiĝis.

Strange estas, ke la dramverkisto Shakespeare tute ne menciis tiun kutimon en siaj dramoj. Samtempuloj ofte aludis ĝin en poezioj, dramoj, pamfletoj kaj libroj, kondamnante ĝin por altiri reĝan favoron. Sed tiu lerta observanto, rimarkinte ĉion siatempan, tute silentis pri la eksterordinara nova modo, kies mirigan progreson li ne povis ne vidi, se li ĉeestis teatron, kie la aŭdantaro vigle fumis. Eble unu aludo al ĝi troviĝas en „Hamleto", kie la reĝo subite mortis pro enverŝo de veneno en sian orelon. (Ham. Ak. 1-a Sc. 5-a.)

Malgraŭ ĉia kontraŭstaro la modo disvastiĝis. En 1611, Barnabe Rich, servisto de la reĝo, taksis la valoron de tabako vendita en Anglujo en tiu jaro je £ 300 000. En la sama jaro, la registaro impostis tabakon.

En la 20-a jarcento.

En la komenco de la 20-a jarcento, laŭ statistiko kolektita en Germanujo, la plej grandajn kvantojn da tabako uzis Nederlando kaj Usono. Duonan kvanton fumis Aŭstrujo kaj Danujo. Hispanujo havis 11-an lokon sur la listo kaj Granda Britujo la 12-an. En Turkujo kaj Azio la fumado estis tiam preskaŭ ĉiea.

En 1891, la profito ricevita el tabako de la brita registaro estis ĉirkaŭ £ 10 000 000, sed en 1925 ĝi atingis £ 52 000 000, precipe pro la pli granda konsumado de cigaredoj kaj virina fumado. Inter 1904 kaj 1920, la nombro da cigaredoj faritaj en Usono pliiĝis de 3 milionoj ĝis 52 milionoj, kaj la tuta sumo elspezita en tiu jaro estis preskaŭ 1 500 000 000 da dolaroj.

Sciencista esplorado kaj eksperimentoj.

La grandega disvastiĝo de tabakfumado altiris lastatempe multe da atento en Usono, kaj nuntempe en Anglujo oni serioze pristudas la aferon. Ĉu luksaĵo meritas tiun grandan elspezon? Kiaj estas ĝiaj efiko kaj utilo? Ĉu oni ne povas pli taŭge elspezi la monon por io pli daŭra ol fumo? Jen nuntempaj demandoj.

Multaj eminentuloj ne aprobas la fumadon kaj donas diversajn kialojn por sia malŝato, sed gramo da faktoj pli valoras ol kilogramo da sentoj. En Usono edukistoj kolektis detalojn el sperto de kuracistoj, estroj de gimnazioj, seminarioj, kolegioj kaj universitatoj, el industrio kaj sporto. Ili mem eksperimentis sur grupoj da studentoj kaj atletoj, ili esploris la kvalitojn kaj efikojn de tabako, ĉu ĝi estas nutra kiel manĝaĵo, medicina kiel kinino, malutila kiel opio aŭ sendanĝera kiel maĉaĵo.

Kio estas tabako?

Tabako estas parenco de tri venenaj vegetaĵoj, digitalo, beladono kaj lobelio. En ĝiaj fumo kaj cindro troviĝas tri danĝeraj gasoj; karbona dioksido (CO_2), karbona monoksido (CO) kaj amoniako (NH_3), ankaŭ du plej mortigaj venenoj cianacido kaj nikotino. Du—tri gutoj de la lastnomita, metitaj en la orelon kaŭzos tujan morton, eĉ suĉado de malnova pipo sufiĉis por mortigi infanon. Laŭ esploroj de multaj eminentuloj la tabakfumado malbone efikas sur korpon, spiriton, kaj animon. Inter la esploristoj estis s-ro Abel Guy, de Parizo, D-ro Kellogg, de Battle Creek Sanigejo, Usono, D-ro Sheldon, de Cornell Universitata Kliniko, Usono, D-ro Pierce Clark, neŭrologo de Manhattan Ŝtata Hospitalo, Novjorko, Prof. von Frankl-Hochwart, Viena Universitato, kaj profesoroj de Utah, Yale, Columbia, Michigan, kaj Leland Stanford Universitatoj en Usono, D-ro Shone de Londono, Prof. Riedl, kaj multaj aliaj eminentuloj.

Ĝenerala efiko.

Laŭ Prof. Sims Woodhead de Cambridge Universitato, Anglujo:

a) ĝi ekscitas la nervĉelojn kun sekva malekscito.

b) ĝi malhelpas oksigenadon de la sango, kaj acidigas stomakon kaj inteston.

c) ĝi malbone efikas sur okulojn, koron, pulmojn kaj renojn.

d) ĝi malhelpas la kreskadon de nematura homo.

Detalaj.

1. **La Koro.** Tabako pliigas la pulsadon de 75 pulsoj en minuto ĝis eĉ 112. Tro rapida pulsado malritmigas la koron kaj malfortigas ĝin. En malsanoj kiel pneŭmonio, multe pli alta temperaturo estas tolerebla se la koro estas forta. Atletoj ne fumas dum dresado kaj la plimulto da ĉampionoj neniam fumas.
2. **La Sango.** La sango de fumanto maldikiĝas kaj malriĉa sango kaŭzas anemion. Malvarmaj piedoj kaj fingroj tendencas al frostvundoj.
3. **La Digestado.** Unue la stomako rifuzas akcepti la venenon, sed se la fumanto persistas, la nervoj de la

stomako paraliziĝas, kaj maldigesto okazas, kaj hepato kaj renoj suferas pro manko de nutraĵo.

4. **La Okuloj.** Ne nur la malriĉa sango malbone influas la okulojn, sed ankaŭ la venena fumo (50% de la nikotino troviĝas en la fumo) atakas ilin ekstere. La okulisto de Okulhospitalo en Paisley, Skotlando, havis 42 pacientojn duone aŭ tute blindajn, pro tabakfumado. Novjorka kuracisto diris, ke la cigaredo estas la plej danĝera malamiko al okuloj de junuloj. D-ro Kellogg trovis kolorblindecon rilate al verda kaj ruĝa koloroj ĉe fumantoj.

5. **La Pulmoj.** Laŭ Prof. Roman, kiu esploris la proporciojn de mortoj pro tuberkulozo en 500 industrioj, la laboristoj en la tabakindustrio havis la trian lokon sur la listo; estis nur du pli mortigaj industrioj, la ĉizado de marmoro kaj ŝtono. Fumantoj preskaŭ ĉiam suferas pro gorĝkataro, raŭka voĉo kaj tuso. La aero tiel veneniĝas per tabakfumo, ke floroj en vazo mortas tre rapide, se ili estas lasitaj dum nokto en fermita ĉambro kie oni fumis.

6. **La Staturo** kaj kreskado. Laŭ statistiko en Granda Britujo fumado malaltigis virojn, ĉar antaŭ cent jaroj la norma vira alteco estis 1.78 metroj kaj nun ĝi estas 1.62. La ĉeloj ne bone evoluas, do la junulo, kiu fumas de frua aĝo estas malalta kaj subnorma. Ankaŭ, lia resaniĝa povo malfortiĝas pro nikotino; do al li mankas rezisto al malsanoj. El 100 personoj esploritaj de D-ro Abbe de Novjorko pro buŝa kancero, 90 estis viroj, kaj preskaŭ ĉiu el ili daŭre fumis. En Anglujo, raporto de la Medicina Esplora Konsilantaro de 1926 konfirmis tiun opinion, post esploro de 46 000 kancermortoj.

7. **La Cerbo.** Spina cerbo kaj nervoj. La plej granda malutilo de tabako estas ĝia efiko sur la nervan sistemon, kaj pro tio sur la intelekton kaj inteligenton. Antaŭ ne longe la franca registaro malpermesis fumadon en ŝtataj kolegioj, ĉar el 100 studentoj, kiuj fumis, nur 6 ricevis lokon en la unua grado.

   D-ro Lewis de Harvard, Usono, diris: „Fumanto neniam atingis la plej altan lokon en sia klaso." Prof. Simpson de Edinburgo konfirmas, „Mi ne asertas ke ĉiu fumanto estas malsukcesa studento; sed mi asertas, ke ĉiu malsukcesa studento fumas." - Alia kuracisto, D-ro Blockford, opinias, ke la pliiĝo de cerba malsano kaj frenezo rezultas el junula cigaredfumado.

8. **La Animo.** Juĝisto Burke de Chicago diris, „Ke oni ne tolerus por unu momento la cigaredan danĝeron, se ĝia malbona efiko estus plene konstatata." Multaj personoj atestis al li pri ĝia malmorala influo, interalie gepatroj, kuracistoj kaj instruistoj. Laŭ D-ro Lambert, usona aŭtoritatulo pri efiko de drogoj, fumantoj ofte turnas sin al alkoholo por forigi la malkomforton kaj malforton kaŭzitajn per fumado, precipe se ili enspiris la fumon. En granda fabrikejo en Ameriko, tri esploristoj el Stanforda Universitato eksperimente trovis, ke la tabakmaĉantoj faris malpli da laboro ol fumantoj kaj fumantoj malpli ol nefumantoj. Negocistoj en Chicago ne dungas knabojn, kiuj fumas.

9. **La Raso.** Sano de naskiĝanta infano dependas de sana patrina sango. D-ro Mutrel en Francujo trovis, ke infanaj mortoj estis tre multaj, kie la patrinoj laboris en tabakfabrikejo en Nancy, kaj precipe danĝera estis la mamnutrado. Ordinare 70% de infanoj de tabaklaboristinoj mortis en la unua jaro; sed, kiam la patrino mem nutris la infanon, 99% mortis pro nikotino en la lakto. La edzino de fumanto naskas infanojn kies pulmoj kaj koroj estas jam malfortigitaj, sed multe pli grava estas la malutilo kiam ambaŭ gepatroj fumas.

Malŝparo de mono.

En 1921 Prof. Farnam de Yale Universitato, Usono, taksis la tabakelspezon je 1 600 000 000 dolaroj en Usono, nekalkulante la sumon elspezitan por pipoj, cigaredujoj, cindrujoj kaj aliaj ceteraĵoj.

En 1927 en Granda Britujo ununura kompanio profitis £ 1 258 847 kaj la akciuloj dum 4 jaroj ricevis 50-procentan dividendon. Entute oni taksis la tutan tabakelspezon en Granda Britujo dum 1927, je £ 100 000 000 sumo, kiu sufiĉus por konstrui belajn domojn kaj lernejojn, por aĉeti bonan manĝaĵon, vestaĵon, kaj librojn, tiel donante okupon al multaj senlaboruloj.

Danĝero pro incendio.

Alia malutilo de fumado estas detruo pro incendio. Ne nur domoj, butikoj, oficejoj, ekbrulis pro hazarda forĵeto de alumeto aŭ cigaredrestaĵo, sed ankaŭ multaj kilometroj da bela kamparo perdas ĉiujare arbustojn kaj arbojn; okaze la fajro disvastiĝas dum seka vetero kaj detruas fojn- kaj grenamason, farmdomojn, kaj grandvalorajn antikvajn konstruaĵojn. Multvaloraj dokumentoj kaj libroj pereis en incendio ĉe la Ŝtata Kapitolo en Albany, Usono, kaj gravaj arĥivoj en la komerca Ĉambro ĉe Washington, tiel ke la Senatoro Smoots proponis leĝon kontraŭ fumado en registaraj konstruaĵoj. Grandega eksplodo okazis en Manhattan en 1924, difektante aŭ detruante 20 lokomotivojn kaj multajn vagonojn sur la Erie fervojo, kaj frakasante fenestrojn en la terspaco de duonmejlo. La kaŭzo de tiu terura perdo kaj konfuzo estis cigaredpeco faligita de laboristo sur tabulon kie troviĝis eksploda pulvoro.

Por la fumado.

Kion diras la fumantoj mem por tabako? La ĉefaj argumentoj estas ke ĝi mortigas mikrobojn, trankviligas la nervojn kaj instigas al gaja kamaradeco. Pepys la fama angla taglibristo en 1665 vidante la teruran ruĝan krucon, signon de pesto, sur pordoj en la Civito de Londono, aĉetis tabakon por flari kaj maĉi, por gardi lin kontraŭ pesta mikrobo, sed tiutempe kloakoj nenie troviĝis, malbonodora putra akvo fluis tra la stratoj, kaj domoj estis tre malhigienaj. Nuntempe sanigaj rimedoj troviĝas en ĉiu lando. Se tabako efektive protektus kontraŭ infekto, kial la higienaj aŭtoritatuloj ne ordonas ke tabako brulu ĉiam en ĉiu publika kunveno?

Sendube tabako trankviligas la nervojn pro ĝia paraliza agado, sed ĉu oni enspiras kloroformon por ĉesigi dentdoloron? Pensema homo serĉus la kaŭzon de la maltrankvilo kaj forigus ĝin. Estas dubeble, ĉu fumado instigas al kamaradeco, ĉar kutime fumantoj murmuras neklare inter la dentoj por ne faligi la pipon aŭ cigaredon, ofte ili estas pli dormemaj ol viglaj. Samuel Butler ofte vizitis D-ron Creighton, episkopon de Londono, kiu multe fumis, sed neniam parolis. Diris Butler, „Mi pasigis multajn horojn kun la episkopo; sed mi tute ne scias kion li pensas pri ia temo."

Fumantoj.

Aliaj fumantoj ne defendas la kutimon sed argumentas, ke ili rajtas fumi same kiel aliaj rajtas tetrinki. Tamen, tetrinkantoj ne senĉese trinkas tuttage, ankaŭ ili ne devigas aliajn trinki, se teo ne plaĉas al ili, sed la fumanto devigas ĉiun en ĉambro, kunvenejo aŭ vagono, enspiri lian fumon vole-nevole. Ofte ili asertas, ke multaj eminentuloj fumis kaj ilia laboro tute ne suferis. Inter aliaj, fumis la fama usona humoristo Mark Twain, kiu mortis pro speco de kormalsano nomita „Koro de fumanto“. Thomas Carlyle, skota filozofo, ankaŭ multe fumis, sed li tre suferis pro maldigesto kaj suferigis sian edzinon pro sia malbona humoro. Liaj verkoj enhavas multajn saĝajn pensojn sed tiel konfuze esprimitajn, ke ili estas malfacile kompreneblaj. Angla filozofo, Samuel Butler, (1835—1892) kies verkojn Bernard Shaw admiris, estis fumanto, kiu suferis pro kapturniĝo kaj mortis pro progresa anemio. Li opiniis, ke la fumado difektis lian sanon, kaj grade malmultigis la nombrojn da cigaredoj fumotaj en unu tago.

Nefumantoj.

Eminentuloj, kiuj ne fumis estas multnombraj. Dante, Chaucer, Petrarch, Erasmus, Shakespeare, Goethe kaj multaj aliaj famuloj verkis sen tiu stimulilo. Post ĝia enkonduko, inter personoj, kiuj ne uzis aŭ kondamnis ĝin parole aŭ skribe, estis John Quincey Adams, prezidinto. John Whittier, poeto, kaj Oliver Wendell Holmes, profesoro, ĉiuj el Usono; Algernon Swinburne, angla poeto, D-ro Fridtjof Nansen, sveda vojaĝanto, Prof. M. Sorabyi, parsiano, Goethe, germana poeto, Generalo Lytton, armeestro en la sudafrika milito de 1899—01, Sir Ralph Paget, angla reĝa konsilanto, s-ro Gandhi, hinda popolestro kaj pensemulo, Leono Tolstoj, rusa verkisto, Lord Rothermere, angla gazetarestro. S-ro Bernard Shaw, dramverkisto, lastatempe aniĝis al novestarigita Asocio de Nefumantoj. Gordon Richards, plej sukcesa ĉevalrajdisto en Anglujo, s-ro Hawker, bonekonata angla aviadisto, leŭtenantoj Carr kaj Gillman de la angla aerarmeo ne fumas. Kelkaj ĉesis post sufiĉa provo, pro ĝia malbona efiko sur la koron kaj nervojn.

Fino.

La homoj ne povas ekstermi ĉian malsanon, ili ne povas forigi ĝermojn de skarlatino, variolo, difterito; sed ili povas provizi pli puran sangon por rezisti tiujn ĝermojn; ili propravole povas rifuzi, ke iliaj korpoj estu fabrikejoj por venenoj. Pensema homo certe decidos, ke li forjetos ĉiun indulgon kiu kaŭzus doloron aŭ difekton al siaj posteuloj kies brilaj okuloj, ruĝaj vangoj, fortaj membroj kaj sanaj cerboj dankos lin pro pli bela kaj inda heredaĵo. „Al miaj infanoj mi kompensos pro la kulpoj de miaj prapatroj,“ diris Zaratustra.

Originale verkita de Emma L. Osmond.

*

B i b l i o g r a f i o :

Tabako. Prof. Irving Fisher, Yale Universitato, Usono.
Peto por nefumanto. Sir Ralph Paget P. C., K. C. M. G., C. V. O.
La fuma ĝenado. D-ro J. H. Crees, D. Lit.
Rasaj Venenoj n-ro 4. Nikotino. Frances Swiney.
Samuel Butler. Festing Jones.
La Fuma Frenezeco. D-ro Ballard.
Super la Tetasoj. Oliver Wendell Holmes.
Unua Vojaĝo en Grenlando. Fridtjof Nansen.

„Al saĝulo sufiĉas aludo.“

„Verda Kruco“,

la Internacia Esperantista Laborkomitato por sentabaka Kulturo, adreso Vieno I, Judenplatz 8,I., Aŭstrujo, eldonis 12 malsamajn sigelmarkojn kun devizoj kontraŭ la tabakuzado, nome:

Shakespeare, Goethe, Molière, Lessing, Victor Hugo, Nietzsche, Björnson, Tolstoj estis tabakkontraŭuloj!

Demandi min pri fumado, signifas ofendi min. Kiel vi povas kulpigi min je tia malpura kutimo sen pruvo! Bernhard Shaw.

Tabako preparas la vojon por tuberkulozo.

Defendu vian rajton je pura aero! Protestu kontraŭ malpermesata fumado, precipe en fervojo!

Tabako detruas la korpon, atakas la inteligentecon kaj stultigas la naciojn. Balzac.

Kaj aliaj. La kolekto kostas egalvaloron de sv. fk. 0.10. Tri kolektoj por unu respondkupono. —

Organizanto de la kontraŭtabaka propagando inter esperantistoj estas Walter Mudrak, Vieno VIII, Strozzigasse 19, Aŭstrujo. —

Periode reaperadas en ĉiuj revuoj sen speciala tendenco artikoloj pri la danĝero, ke nia tero ne povos plu nutri la homojn, se la nombro de la homoj kreskos laŭ ĝisnuna proporcio. Samtempe milmiloj da kvadrataj kilometroj, da plej fruktodona tero en plej bonaj klimatoj, estas uzataj, por kreskigi planton, kiu nutras neniun, sed estas transformata en malbonodoran fumon. Tiu fumo estas ĝeno por ĉiuj neinfektitaj personoj, kaŭzas malsanon kaj degeneron kaj stultigas la homojn.

En ĉiuj religioj de civilizitaj popoloj la homo devas penadi, por fariĝi laŭeble plej simila al la dio, kiun la homo mem kreis por si kiel idealon. Ĉu iu ajn kredas, ke cigaredo aŭ cigaro en la buŝo, tiu emblemo de aroganteco kaj manko de intelekto, estas rimedo, por atingi tiun similecon? O. B.

Minimumo de Klereco.

Se oni legas jurnalojn, speciale ilustritajn, en ĉiuj „civilizitaj“ landoj, oni ricevas la impreson, ke la plej gravaj aferoj en la mondo estas vetludoj per piedpilko, vetkuroj de aŭtomobiloj aŭ motorcikloj, boksado, vulgaregaj filmdramoj kaj similaj aferoj okazigataj de homoj, kies profesio nek nutras, nek vestas, nek edifas iun ajn alian homon, kiuj estas simpla balasto por la homa socio.

La ilustritaj revuoj per impertinenta insistemo prezentas al vi portretojn de sinjoro boksisto Kulo, en lia hejmo, sur la strato, en la areno, kvazaŭ la minimumo de scio estas koni ĉiujn detalojn de tiu persono, kies nomo jam tute ne povas interesi vin. La gazetoj prezentas al vi la „filmstelon“, fraŭlinon Pulo, en ĉiuj grimacaj scenoj, kun plej impertinenta kaj plej afektita mieno, kiel falsan madonon sur unu bildo, kiel elegantulinon sur alia aŭ kiel falsan kuiristinon sur tria. Ŝajnas, ke la minimuma scio de ĉiu klera persono estas, koni tiujn detalojn; en-

vere vi preferas kiel idealan tipon de virino tute malsaman personon, kaj vi ne farus unu solan paŝon, por vidi tian individuon.

Sinjoro Nulo, portretita kiel elegantulo promenanta sur ĉiuj ĉevalkurejoj de Eŭropo kaj Ameriko; sinjoro Mulo, kiu arogis al si, marŝante sur kadavroj, la diktatorecon super iu trompita popolo; princo Bulo, kiu intrigas kiel diplomato kaj malhelpas, ke la popoloj, pacemaj kaj fidemaj, vivu pace unu kun la alia; tiu tuta alfabeto da uloj prezentiĝas al vi ĉiutage en revuoj, gazetoj, radio, postulante, ke vi interesiĝu pri ili, por ne esti konsiderata malklera.

La tuta afero estas granda trompo. Tiu tuta aparato estas konstruita kaj subtenata de gazetistoj, kiuj devas fabriki sensaciojn; ĉar en la mondo ne ekzistas tiom da okazaĵoj, kiom postulas la troa spaco de la gazetoj kaj revuoj. La servoj inter la gazetistoj kaj tiuj priparolitaj geuloj estas reciprokaj. Unu bezonas la alian, kaj rezultas granda sapa bulo sen iu enhavo krom aero. La ĉefa afero estas, ke la revuoj estu aĉetataj kaj enspezigu monon al la eldonistoj kaj ke la geuloj atingu per tiuj gazetoj tutmondan famon, por postuli gigantajn salajrojn aŭ progresi sur la vojo de sia ambicio.

Ni devas defendi nin kontraŭ tiu falsado kaj profitiga kreado de publika opinio. Ni diru al ĉiu, kiu volas aŭdi nian opinion, ke tiuj gesinjoroj Kulo, Pulo, Nulo, Mulo, Bulo ktp. ne interesas nin, ke ili estas parazitoj en nia ekonomia vivo, same kiel iliaj favorantoj, la gazetistoj. Ni volas esti informataj pri aliaj aferoj, kaj ni konsideras kiel minimumon de klereco, ke ĉiu persono sciu ion pri aferoj, kiuj efektive progresigas la homaron, ekzemple pri la internacia homunuiga lingvo Esperanto, pri la sukcesa batalo kontraŭ la stultiga alkoholo, pri la metodo, por eviti la mortigon al milmiloj da bestoj por homa nutrado, pri la vojoj, kiuj fine kondukas nin al tutmonda paco, pri racia socia organizo ktp.

Jen aferoj, kiujn la vulgaraj revuoj ne priparolas aŭ tuŝas nur honteme en eta angulo, nur por ne tute malplaĉi al tiuj stranguloj, kiuj kredas, ke progreso ne venas per si mem, sed devas esti dezirata kaj preparata de multaj, multegaj homoj.

La minimumo de klereco por ni ne konsistas el la informiteco pri artefaritaj de la homoj mem sensacioj, sed el la kapablo, diferencigi inter la valoraj kaj la senvaloraj aŭ eĉ malsinceraj diroj; el la kapablo, ĝui la belecon de ĉielo kaj tero, pie aŭskulti aŭ rigardi la misterojn de la naturo, kompreni la belecon de edifa arto; fine el la volo, pligrandigi per nia vivmaniero la kvanton de feliĉo haveblan por ĉiu viva estaĵo.

Ni ĉiuj, ankaŭ la vegetaranoj, estas malproksimaj de la celo; ĉiu individue devas trovi sian vojon al la celo; ni devas la celon pli multe senti en ni ol vidi antaŭ ni; sed ĉiuokaze ni ne estu indiferentaj kontraŭ la voĉoj, kiuj donas al nia vivo enhavon.

La situo en Sovjetunio.

La redaktanto de „Vegetarano" petis de la Centra Komitato de Sovjetrespublikara Esperantista Unio (SEU) informon pri la situo en Sovjetunio rilate je vegetaranoj kaj militservrifuzantoj kaj ricevis de la gvidanto de la Centra Oficejo de Ateistoj-Esperantistoj, N. Incertov, jenan respondon:

„Laŭ komisio de la Centra Komitato de SEU mi respondas vian leteron. Do, ĉu estas likvidita la Moskva Vegetarana Societo? Jes. Sed kiu likvidis ĝin? Fakte ĝi mem. La societo ekzistis neenregistrita laŭleĝe ĝis la jaro 1928a, kiam estis okazigata tutsovjetlanda reregistrado de diversaj publikaj organizaĵoj. La societo mem ne volis prepari sian statuton kaj prezenti ĝin por konfirmo al koncernaj ŝtataj organizoj. Pro tio ĝi ne povis plu ekzisti, kaj ĝi mem likvidiĝis.

Ke tiu societo estis propagandanto de reakciaj, do malutilaj por la proletara movado, politikkonceptoj, sektanaj konceptoj de Tolstoj, tion en Sovjetio ĉiuj bone sciis; tamen neniu ĝis ekzistofino de ĉi tiu societo ĝin persekutis pro tio. La sovjetlanda ŝtato ne malhelpas al iu ajn konfesii iajn ajn religiojn, ĉu ekleziformajn, ĉu sektoformajn.

Ĉu estas arestitaj kelkaj gvidantoj de ĉi tiu societo? Ĝuste mi ne scias; tamen mi bone scias, ke la ĉefgvidanto de la tolstojanoj en Sovjetlando, Ĉertkov, ne nur estas malarestita, sed ofte partoprenis kiel fakulo-atestanto (eksperto) en juĝprocesoj pri liberiĝo de sektanoj el milita servo.

Laŭ sovjetlandaj leĝoj ĉiu civitano, kiu laŭ siaj religiaj konvinkoj ne povas servi en militistaro, rajtas peti liberigon el militservo per juĝo kaj estas liberigata, se lia sektaneco ne estas utiligata de li por la speciala celo liberiĝi el la militservo.

Same alia fame konata vegetarano-tolstojano Ivan Tregubov, fanatika predikanto de Tolstoj-sektanismo, estas libera kaj ĉiam ŝatas partopreni en religiaj kaj primoraraj disputoj. Eble iuj vegetaranoj estas arestitaj; tio tamen tute ne povas rilati al iliaj vegetarismaj tendencoj. Kaŭzo povas esti nur iu politika, kontraŭsovjeta agado.

Por ni, sovjetlandanoj, similaj demandoj estus ĉiam strangaj, se ni ne scius, ke ilia kaŭzo estas furioza mensogo de ĉiaspecaj malamikoj de la Sovjetunio, kiuj celas per tio ĉiam prepari amasojn por nova terurega hombuĉado direktota kontraŭ la unua proleta ŝtato: Sovjetunio.

Antaŭ la imperialista milito de 1914—18 en cara Rusujo ekzistis nur privata vegetarana movado. La ŝtato ĝin ne subtenis kaj eĉ batalis kontraŭ ĝi; ĉar ĝi estis ligita tute kun propagando de Tolstoj-ideoj, kiuj estis kontraŭ la tiam oficiala eklezia religio kaj kontraŭmilitarismaj. Post la oktobra revolucio ni vidas tute alian bildon:

La vegetara movado publika kreskas rilate al sensanga manĝado (en tiu senco), ne rilate al kresko de nombro de tolstojanoj. La ŝtataj organoj por protektado de la popolsano, kiuj multe zorgadas la dietnutraĵon de la malsanuloj en Sovjetunio, mem fondis diversajn dietmanĝejojn kaj vaste utiligas vegetaran nutradon. Nun en ĉiu urbo vi nepre trovos specialajn ŝtatajn aŭ kooperaciajn manĝejojn vegetarajn. Krom tio plejparto da aliaj manĝejoj preparas egale ĉu viandajn, ĉu vegetarajn manĝaĵojn. Sekve, vegetara movado en la dieta senco estas vastigita en la Sovjetlando pli ol en iu alia lando. Kaj nun ekzistas diversaj privataj, ne ŝtataj aŭ kooperaciaj, manĝejoj vegetaraj, kiuj funkcias laŭleĝe kiel ĉiu alia mastrumejo privata. Tamen, ĉi tiuj manĝejoj privataj ĉiam malplimultiĝas pro tio, ke laborulaj amasoj serĉas pli malmultekostan nutraĵon, kiun ili trovas en vegetaraj manĝejoj de kooperacioj, sed ne en la privataj.

Mi opinias, ke ĉi tiu respondo al „Vegetarano" sufiĉe bone klarigas la situon de la vegetara movado en la Sovjetunio."

La Duĥoboroj en Kanado.

La „Nachrichtenblatt“ eldonita de nia samideano Pitter, Prago, enhavas informojn de Paŭlo Birjukov pri la nuna stato de la duĥoboroj. Ilia adreso estas: Petro Verigin, Brillant, Kanado, Brita Kolumbio, Ameriko. La nombro de la duĥoboroj en Kanado estis 7250 en la jaro 1899 kaj estas nun 17 000. La administra centro troviĝas en Brillant, kolonio en Brita Kolumbio, ĉe la fervoja linio de la Pacifika Oceano al Montreal.

Ĉiuj ekonomiaj laboroj estas administrataj de konsilantaro (sovjeto) de 9 personoj, nomata Ĉefkonsilantaro de la Komunumo. Unu el tiuj naŭ gvidantoj estas Petro Verigin, filo de la samnoma iniciatinto de la kolonio; li estas la prezidanto elektita por vivdaŭro. La aliaj estas reelekteblaj. La prezidanto havas unu helpanton aŭ anstataŭanton kaj unu sekretarion; la aliaj ses konsilantoj ĉefas ses fakojn: pri terkulturo, arbarokulturo, industrio, komerco, klerigo kaj financoj.

La fako pri terkulturo prizorgas la disdividon de la areo; la arbara fako gvidas ĉiujn arbarkulturajn kaj lignoekspluatajn aferojn; la industria fako administras la krudajn materiojn kaj la tutan teknikon inkluzive je segejoj, muelejoj, brikfarejoj kaj konservaĵfabrikoj. La komerca fako okupiĝas pri la merkato kaj havigas al la popolo ĉion necesan per siaj deponejoj. La fako por klerigo gvidas la lernejojn, la bibliotekojn kaj la literaturan arkivon, kaj prizorgas la libropresadon kaj librovendon. Fine, la financa fako peras la rilatojn kun la bankoj pri hipotekoj ktp.

Paul Birjukov ĵus revenis el Kanado; ĉar laŭ invito de la duĥoboroj li organizis ilian fakon por klerigo.

La kolonianoj havas la devon, certigi per sia laboro la bonstaton de la komunumo, kiu siaflanke certigas al ili la ekziston kaj havigas ĉion necesan, ekzemple nutraĵojn, vestaĵojn, loĝejojn ktp.

La produktajoj de la duĥoboroj estas tre ŝatataj sur fremdaj merkatoj. Tiu fakto kaj la alta etika nivelo kaj solidareco inter la kolonianoj donas plenan fidon pri la estonteco de la kolonio.

Zoologiaj Ĝardenoj.

La nova libreto „Mensch und Kreatur“ (Homo kaj Vivantaĵo) de Julie Schlosser citas tion jenan el la libro de Hagenbeck „Pri bestoj kaj homoj“:

„Oni kaptas la junajn bestojn ĉefe tiel, ke oni pelĉasas la bestogrupojn ĝis kiam la pli malfortaj junaj bestoj postrestas pro laceco kaj izoliĝas de la grupo. Ĝirafoj kaj antilopoj povas tiamaniere esti ĉasataj senriske, ĉar tiuj bestoj kaj ĝenerale ankaŭ la bubaloj postlasas senhonte siajn idojn senhelpaj. La plej dezirataj bestoj, junaj elefantoj kaj rinoceroj, prezentas la plej grandajn malfacilaĵojn. Ili obstine defendas siajn idojn, kaj tre ofte oni povas kapti la idojn nur per mortigo al la gepatraj bestoj. Se pro la ĝemkriado la patrina besto revenas kaj per obstina batalo defendas sian idon, ŝia morto fariĝas bedaŭrinda neceseco. — La kaptitaj bestoj estas tre zorge flegataj. — Tamen, pro la havitaj ekscitego kaj ektimego multaj el ili mortas, antaŭ ol oni revenas al la deirstacio. Dum la plua vojaĝo plua parto el la kaptaĵo mortas, kaj ĝenerale apenaŭ la duono de la kaptita nombro atingas Eŭropon.“

La verkinto de la libro, Hagenbeck, sin nomas „bestamiko“, kaj li diras, ke tiaj okazaĵoj estas la ĉiama regulo. Julie Schlosser en sia libreto diras pri la aserto, ke la homoj amas la bestojn kaj serĉas ĝian animon:

„Verdire nur malmultaj homoj serĉas efektive la vivantaĵon. Ili serĉas la dresitan beston kaj ŝatas fari el ĉiu dombesto dresitaĵon. Tiamaniere ili deziras karikaturon kaj rezignas je la esencaĵo. Alimaniere la cirko estus io neebla, tiu triumfo de la sengustemo.“

Dentokonservado.

Kariantajn dentojn ni ne scias laŭnature ripari kiel aliajn membrojn de nia korpo; tial valoras la penon konservi ilin sanaj.

Krom la ekstera purigado de la dentoj (vidu „Vegetaranon“ XIII-1, pĝ. 4. Cetere, la ĝusta tempo por la ĉefpurigado de la dentoj ŝajnas al mi esti ne la mateno, sed la vespero, por ke la manĝaĵaj restaĵoj inter la dentoj ne fermentu kaj putriĝu dumnokte ĝis la matena purigo) grava estas la ĝusta nutrado. Klopodu eviti la blankan, rafinitan sukeron kaj la delikatan panon; ĉar la blanka sukero forrabas el la sango la mineralojn (nutrosalojn), kaj la malkruda pano, bakita el purmuelita faruno, ne entenas sufiĉe da tiuj mineralaĵoj tiom gravaj por kresko kaj konservado de ostoj kaj dentoj.

Bona, saniga pano estas la ŝrotpano, farita el „plena“ faruno (ŝrotfaruno el pistita greno), kiu perdis nek ŝelojn nek branon enhavantajn nutrajn salojn, albumenon kaj vitaminojn.

Anstataŭ rafinita sukero por dolĉigi uzu melason (sukon de rapobetoj, sukerrapoj), aceran sukon, mielon, brunan krud- aŭ kansukeron, se konvene, ankaŭ sekvinberojn, figojn aŭ daktilojn.

Laŭnaturaj traktado kaj nutrado, kiuj valoras por la tuta homa korpo, valoras ankaŭ por ĉiu parto ĝia, do ankaŭ por la dentoj!

Leono Funken, Koblenco (Germ.), Moselweißerstr. 20.

La valoro medikamenta de migdalo.

(Parte laŭ propraj spertoj.)

Migdalo ne estas nur delikataĵo, sed ankaŭ medikamento.

Laŭ „pastro Kneipp“ oleo, elpremita el dolĉa migdalo, estas bonega rimedo kontraŭ internaj kaj eksteraj suferoj; ĉiu domapoteko devus posedi ĝin.

Ĉe la obstrukco de la traĥeo, en la stomako, ĝi solvas; pri la lasta okazo, ĝi havigas apetiton kaj digeston.

Ĉe inflamoj, precipe ĉe la timigita brulumo de la pulmo, ĝi malvarmigas. Tiuj malsanuloj devus preni tage tri ĝis kvar kafokulerojn da ĝi; ankaŭ oreldolorojn ĝi forigas. Oni verŝu ses ĝis ok gutojn da ĝi en la orelojn

---

Pagu vian kotizon por 1930!

ŝtopante ilin per vato, kaj la doloroj malaperos. Ŝvelaĵojn kun gravaj inflamoj oni devas delikate ŝmiri per migdaloleo (ĉe grava inflamo okaze de karfunklo, mi havis bonegan sukceson). La vundojn kaŭzitajn pro bruligo ktp. oni kuracadu per migdaloleo. Ĉe difteriaj aperaĵoj (laŭ propraj spertoj) kafokulero da tiu oleo forigos la pikantan doloron kaj inflamon en la kolo. Kiam mankas migdaloleo, bona salatoleo anstataŭas ĝin. Oni miksu bonan salatoleon kune kun sukero; kelkfoje tage, oni donu manĝkuleron da ĝi. Pri tia uzado, kuracisto diris, ke li ankaŭ per salatoleo jam havis bonan sukceson. Ĉe mallakso migdaloleo bonege helpas. Ĝi helpas kontraŭ stomakaj malagrablaĵoj kiel stomaka acido; oni manĝu kvin ĝis ses migdalojn aŭ nuksojn. Laŭ „pastro Kneipp" migdaloj kaj nuksoj estas prijuĝitaj bonaj, sanaj manĝaĵoj, kaj precipe nia hodiaŭa epoko tre rekomendas tiajn manĝaĵojn sub la nomo: „nekuirita manĝaĵo".

Mathilde Dammbacher en Ellwangen a. Jagst,
Schönebergstraße 21, Württemberg, Germanujo.

Vegetara Literaturo en Esperanto.

Oni ofte demandas la redaktanton pri vegetara literaturo en Esperanto; sed bedaŭrinde mi ne povas doni kontentigan respondon; ĉar nia Esperanta tekstaro pri vegetarismo estas malgranda, kaj mi ne scias, ĉu kaj kie la verketoj nune ankoraŭ estas haveblaj. Jen ili:

La hejmo de la metiisto, de Novjorka kuracisto, rerakontita de E. Weilshäuser. Sur paĝo 108 de la Fundamenta Krestomatio eldonita de Hachette & Kio., Parizo.

Kio estas vegetarismo? De nekonata aŭtoro; sur paĝo 187 de la sama libro. Tiuokaze mi rakontu, ke, kiam mi legis, kiel 21-jarulo, en la jaro 1906-a, tiujn artikolojn de la Fund. Krestomatio, mi skribis al mia patrino, ke mi dezirus fariĝi vegetarano. Ŝi forte admonis kontraŭ la vegetarismo, precipe pro tio, ke mi estis korpe tre malforta junulo kaj, laŭ ŝia opinio, bezonis multe da viando kaj tiel-nomata „fortikiga" nutraĵo. Du jarojn poste, iom antaŭ la Dresdena Esperantokongreso, kie ni fondis la internacian Vegetaran Ligon Esperantistan, mi tamen fariĝis vegetarano kaj ne ĉesis resti fidela al tiu „kredo", kiel diras G. B. Shaw.

Nia ĉiutaga pano kaj ĝia influo sur la vivon de la homoj. Kompilita de W. Wilson Trainer; eldonita de li n.em. adreso 329 Langside Road, Glasgovo, Skotlando; prezo 6 pencoj; dua eldono. Devizo de la libreto: „Kaj neniam plu estos milito".

Pri la elektra aktiveco de nia korpo, de vegetarano D-ro med. Wilhelm Winsch (ne pri vegetarismo), eldono 1918 ĉe Ellersiek, Berlino; broŝuro; prezo rmk. 0.50.

Nur viando donas sangon kaj forton? Broŝuro de Ernst Schaeffer, Magdeburgo, tradukita de Oscar Bünemann, 1911.

Ni petas, ke tiuj samideanoj, kiuj konas aliajn verkojn aŭ broŝuretojn pri vegetarismo en Esperanto, informu la redaktanton de „Vegetarano" pri ĉiuj detaloj: titolo, aŭtoro, eldonejo, eldonjaro ktp.

Citinda estas ĉi tie ankaŭ la verko de nia samideano kaj vegetarano D-ro med. Wilhelm Winsch: **„Pri Varmokulturo"** (Per Varmo al Sano); eldonita 1913; havebla ĉe Friedrich Ellersiek, Berlino S. W. 61, Wilmsstr. 5, Germanujo; prezo RM 0.80.

Hugo Salokannel, Finlando, eldonis broŝuron **„Grava popolhigiena kaj socia demando"**, havebla por RM 1.— ĉe Ellersiek. Ĝi temas pri la alkoholdanĝero.

La libreto „Nia ĉiutaga pano" estas supozeble ankoraŭ havebla por nfl. 0.60 aŭ pli malkare ĉe Centra Esperantolibrejo, Bankastr. 2a, Hago, Nederlando. O. B.

Dudekdua Universala Kongreso de Esperanto en Oksfordo.

La kotizo por la Oksforda Kongreso estas egalvaloro de 20 britaj ŝilingoj. Por vegetaranoj oni projektas fakkunsidon. La provizora adreso de tiu kunsido estas:

Sekretario de la Vegetara Fakkunsido,
22-a Universala Esperantokongreso,
142 High Holborn, Londono W. C. 1, Anglujo.

Daŭro de la kongreso: 2-a ĝis 9-a de aŭgusto 1930-a. Post la 1-a de julio la kotizo estos 30 ŝil. Do, rapide aliĝu! Ĉiujn pagojn oni adresu al Londono, kiel ĉi-supre, per ŝtatbiletoj aŭ poŝtmandato.

Sanga Festeno.

Sub tiu titolo ni legas en la revuo „Palas" tion jenan:

Je la honoro de Georgo Bernardo Shaw, grupo de 450 intelektuloj en Novjorko aranĝis bankedon la 19-an de januaro 1930-a en la Urbdoma Klubo de Novjorko. Kiam la eminenta verkisto ricevis informon pri tiu bankedo, li telegrafis al la grupo el Londono:

„Bankedo? Kia abomenaĵo! Vi prenas min kiel pretekston, por oferi tiujn malfeliĉajn bestojn ĉiujn, kiujn vi enstomakigis dum via bankedo! Mi do ne havas ian ajn kaŭzon por danki vin.

Se vi, gesinjoroj, estus fastintaj, aŭ, pli bone, se vi estus aranĝintaj tritagan fastadon je mia honoro, evitante la sinnutron per bestkadavroj, tiam almenaŭ mi povus ŝajnigi, ke mi konsideras vian agadon senegoisma! . . ."

El multaj landoj.

Germanujo. Laŭ la Frankfurter Zeitung la Regna Konsilantaro por Higieno unuvoĉe decidis, mildigi la leĝon pri vakcinado. Ĝi opinias, ke plenumo de vakcinado sub uzo de polica forto estas erara kaj nerekomendinda agado. En Lubeko mortis jam 37 infanetoj pro traktado per la Calmette-preparaĵo rekomendita kontraŭ tuberkulozo. La furiozo kontraŭ la profesoroj, kiuj enkondukis tiun seron, estas granda.

La 28-an ĝis 30-an de junio okazos en Dresdeno vegetara kongreseto kun vizitoj al la Ekspozicio pri Higieno, kun paroladoj, kun komuna manĝo en la Vegetara Manĝejo en Waisenhausstr. 15 kaj en la vegetara restoracio Konkordo (Eintracht), Moritzstr. 14, kaj kun diskutoj. Kongreskomitato: Dresdeno A. 1, Johann-Georgenallee 16. La citita ekspozicio havas vegetaran sekcion en la halo 33. Ĝenerale tamen tiu ekspozicio ne povas kontentigi vegetaranon.

Finlando. Sinjorino Anna Kurimo, kiu loĝis dum la lastaj jaroj en la norda urbo Oulu (Uleåborg), nun transloĝis al la ĉefurbo Helsinko (Helsingfors) en la sudo, kie la laboro por la vegetarismo estas pli facila. Ŝi eldonadas la revuon „Terveys" (Saneco), finlingvan. Sendube ŝia transloĝo profitos al nia movado en Finlando.

Meksikio. Sur la duoninsulo Jukatano fondiĝis Asocio Naturista Duoninsula (Asociación Naturista Peninsular), kiu deziras interrilatiĝi kun samcelaj organizoj kaj personoj de la tuta mondo. S-ro Miguel D. Contreras, urbo Mérida, havas la fakon de eksterlandaj rilatoj.

Sovjetunio (vidu specialan artikolon). En la vegetara manĝejo Strato Gogol 12, Leningrado, komenciĝis kursoj pri racia sinnutrado aranĝitaj de la Leningrada Sciencehigiena (veg.) Societo.

Italujo. Dum ministrara kunsido de la 23. 4. 1930 la registaro aprobis leĝproponon por limigi la vivisekcadon al absolute necesaj okazoj kaj sub ŝtata kontrolo. Ĉiuj necesaj preparoj devas esti farataj, por eviti suferon de la bestoj; la loka aŭ tuta anestezio estas deviga, kaj altaj monpunoj estas fiksitaj por ĉiu kontraŭago. Ankaŭ la ĉiutaga gazeto „Corriere Padano" en Ferrara enhavis detalan laŭdan artikolon pri la kontraŭvivisekca libro de D-ro Ciaburri. — En Correggio (Emilia) P. Codeluppi publikigis broŝuron „Educazione Alimentare" (Nutraĵa Eduko), per kiu li disvastigas la ideojn vegetarajn kaj iniciatas la reorganizon de la Itala Vegetara Societo, kiun forigis la milito. En Riccione apud Rimini G. Balena publikigas vegetaran revuon „Araldo della Salute" (Heroldo de l' Sano), kaj entute ŝajnas, ke renaskiĝas la vegetara movado en tiu ĉi lando.

Svedujo. En Leksand, je la piedo de Tibblemontaro, troviĝas la vegetara ĝardenkultura lernejo Torshäll gvidata de la vegetaranino Lillie Landgren. Tiu fraŭlino estas konvinkita apostolo de la vegetara kredo. La redaktisto J. L. Saxon, konata kiel „papo" de la sveda vegetara movado kaj kiel eldonanto de la revuoj „Såningsmannen" (La Semisto) kaj „Vegetarianen" (La Vegetarano), festis la 2-an de majo sian 50-jaran profesian jubileon. Li kaj lia edzino, Anna Saxon, fariĝis honormembroj de la Sveda Vegetara Societo, kaj tiu societo donacis al li oran medalon.

La 7-an de junio 1905-a Norvegujo disiĝis de Svedujo, por fariĝi memstara ŝtato. Granda estis tiam la danĝero de milito; sed la racio venkis, kaj paca aranĝo estis farata. Je la memoro de tiu venko de koro kaj racio oni nun, post 25 jaroj, fiksis memorŝtonon en Karlstad, la sveda urbo, kie la interparoloj sukcese okazis.

Francujo. En Melun, sude de Parizo, la anoj de bestprotektantaj societoj vigle batalis kontraŭ la aranĝo de bovbataloj, tiel ke la polico devis sin enmiksi; sed en kies favoro ĝi aĝis? Ĉiuj eŭropanoj devas honti, ke en mezeŭropa lando ĝi defendis la barbarecon, kaj pro kio? Ĉar la loka registaro estis permesinta tiujn barbarajn bovbatalojn, cedante al la postuloj de la komercistaro, kiu gajnas per la alfluo de multaj homoj okaze de tiaj spektakloj.

Virino — admiru ŝin — gvidis la protestantojn, kiuj penetris la arenon, ĵetis nebuligajn bombojn kaj ĉiel agis, por malhelpi la prezentadon. Kvardeko el ili estis arestataj, kaj certe tiu okazaĵo kaŭzos, ke en la franca parlamento oni diskutos denove la malpermeson de la bovbataloj. Espereble oni malebligos, ke lokaj aŭtoritatoj povu fari esceptojn de la malpermeso. Ankaŭ en Nancy okazis bovbataloj.

Antaŭ cent jaroj, la 15-an de marto 1830-a, naskiĝis en Sainte-Foy-la-Grande (Gironde) la nobla viro, eminenta sciencisto Jean-Jacques Elisée Reclus, kiu batalis por homa libereco, por natura vivado, por la ĝenerala voĉdonrajto. Li sopiris al tuthomara unuiĝo, kaj liaj profunde instruaj verkoj montras la spiriton de varmkora homamanto.

Aŭstralio. En la ŝtato Viktorio okazis la 29-an de marto voĉdono pri la demando: „Ĉu vi jesas maldaŭrigi per malpermeso la vendadon de alkoholaĵoj?" Ekzistas en Viktorio proksimume trimil koncesiitaj drinkejoj, kiujn oni deziras fermi. La rezulto de la voĉdono aplikiĝis al la tuta ŝtato, ne al distriktoj.

En 1920 la ŝtato estis dividita en distriktojn, kiuj aparte per baloto povis forigi drinkejojn. Sufiĉis 60% da jesoj. Malgraŭ tiu alta procento postulata, du distriktoj aprobis la forigon, kaj ili la 29. 3. 30 denove voĉdonis kontraŭ la drinkejoj.

Malgraŭ la forta agado de alkoholinteresuloj kaj de la gazetoj, kiuj pro la alkoholanoncoj malfavoris la reformon, malgraŭ la senlaboreco, la kontraŭalkohola movado atingis 43.14% el ĉiuj voĉoj. Kvankam tio ne estas venko, la kontraŭalkoholuloj, sub regantaj cirkonstancoj, povas esti kontentaj pri la rezulto. Ili nun preparas okjaran instruadon al la popolo, por ke en la jaro 1938-a la armeo de Reĝo Alkoholo estu frakasata. (Laŭ raporto de samideano R. Banham.)

Norvegujo. La norvegaj vegetaranoj proponis al la parlamento, ke la imposto je fruktoj estu forigata. D-ro Rögler faris sur la kamparo paroladojn pri vegetarismo vizititajn jam de pli ol 1100 personoj. Li daŭrigas sian propagandvojaĝon.

Nederlanda Orienta Hindujo. La komunumo urba de Batavio, la ĉefurbo de Nederlanda Orienthindujo, sur insulo Javo, festis la 1-an de aprilo sian 25-jaran jubileon. Pro tio oni aranĝis festojn, kaj interalie la urbestro kun edzino Meyroos aranĝis festan tagmanĝon por la anoj de la komunuma registaro, la gazetaro kaj ĉefaj personoj en la publika servo. Tiu ĉi tagmanĝo estis komplete vegetara kaj senalkohola! Tio, kompreneble, kaŭzis multajn priparolojn en gazetoj kaj en la publiko mem; sed ĉiuj gastoj estis kontentegaj kaj diris poste, ke la sperto pri la varieco de vegetara menuo estas tre nova kaj valora por ili. Tia kuraĝa ago de la urbestro kaj lia edzino estas la plej bona kaj efika propagando. S-ro A. C. E. Brosius, Weltevreden (trad. „Bonkontenta") sur Javo raportis pri tio en la bonega revuo „Vegetarische Bode" de niaj nederlandaj amikoj.

Nederlando. Kontraŭtabaka Nederlanda Ligo estas fondita, kaj la sekretariino-kasistino estas fraŭlino N. Swaneveld, Joubertstraat 182, Hago. — En Harlemo s-ro Fokke de Boer faris la 16-an de majo paroladon pri la Pacideo en kunligo kun la Vegetarismo. La ĝenerala kunsido de la Nederlanda Vegetara Ligo, de la 15. 6. 30, priparolos ankaŭ la demandon, ĉu la ligo partoprenos en la movado kontraŭ militservo, kaj granda tendenco en la ligo apogas tiun movadon.

Lodewijk van Mierop.

La 13-an de junio 1930-a la konata Nederlandano Ludoviko van Mierop post longa malsano mortis. Li estis 54-jara. La 16-an familianoj, amikoj, samideanoj kondukis lin al la lasta ripozejo en Bussum.

Jam kiel studento de teologio li akcelis la tolstojanan movadon kaj vivis tiam inter la manlaboristoj. Dum sia tuta vivo li laboris por movadoj sociaj kaj vivreformaj kaj multe oferis por ili. Li fondis la humanan lernejon en Soest kaj cedis sian hereditan kapitalon je la favoro de la komuneco. Van Mierop verkis multajn broŝurojn kaj artikolojn pri vegetarismo, kontraŭ alkoholo kaj kontraŭ nikotino, pri renoviĝo de la opinioj pri krimo kaj puno.

Dum pli ol tridek jaroj li seninterrompe laboris en la movado por ĉasta vivo. Li estis ĝia fondinto kaj la redaktanto de ĝia organo „Levenskracht" (Vivoforto). (Al ĉiu, kiu sendos unu respondkuponon, mi sendos la 29-paĝan broŝuron „La Principo de la Movado por Ĉasta Vivo, pliklarigita el vidpunktoj ideala kaj praktika". S-ino C. J. Roskes-Dirksen, Hago, Nederlando, Anemoonstraat 96.)

Pro sia kontraŭmilita propagando en la komenco de la mondmilito li estis malliberigata. Lia lasta publika parolado estis dum la „Interreligia Konferenco por la Paco" pri la temo „Principa batalo kontraŭ la milito". Li komprenis la grandan valoron de Esperanto, kaj li kaj lia edzino lernis ĝin. De 1921 li estis fidela abonanto de „Vegetarano".

Diversaj movadoj sentos profundan doloron pro la perdo de tiu grandkora, laborema, oferema homo. Li ĉiam restu en nia memoro, kaj lia ekzemplo instigu nin daŭrigi nian agadon por la akiro de ĉiam pli bonaj vivostatoj.

C. J. Roskes-Dirksen.

Vegetaraj Manĝejoj.

Koblenco (Germanujo), Vegetara Restorejo „Quisisana", Löhrstr. 20.

Novjorko (Usono), Vegetara Restorejo (hispana administrado), 1353, 5th Avenue, je angulo de la 112-a strato.

Hofheim, Taunus (Germanujo), Vegetara Pensiono Klepper, Kurhausstr. 38.

Butler (Usono, ŝtato New Jersey), Refreŝiĝejo de D-ro Benedikto Lust „Jungborn", informojn donas D-ro Lust, 236 East 35th Street, Novjorko-City. Al la sama posedanto apartenas:

Tangerine (Usono, Florida), ĉe fervoja stacio Zellwood, refreŝiĝejo.

McHenry (Usono, ŝtato Illinois), Naturkuracejo de D-ro Karlo Strueh; oficejo: Ĉikago, Ill., Reliance Building, 32 N. State Str.

Novjorko (Usono), Vegetaraj Restorejoj „Schildkraut": 4 West 28th Street, 37 West 32nd Street, 221 West 36th Street; refreŝiĝejo sub sama nomo en Highland Falls ĉe la Rivero Hudson, ŝtato Novjorko.

Altona-Rissen, apud Hamburgo (Germanujo), Landhaus Heinze, pensiono de vegetaranoj por ripozo; aera kaj lum-banejo en la surtegmenta ĝardeno, Wedeler Landstr. 126.

Lubeko, Germanujo. Vegetara Manĝejo Gehrkens, Breite Str. 81, Domo Ferd. Kayser.

Marxen, Lunaburga Erikejo (Germanujo). Kampara Domo „Sonnenhöh", de Margarete Dreyer, proksime je vastaj arbaroj; vegetara.

Milano (Italujo). Ristoratore Vegetariano, 2 Via Mengoni. Tre bona!

Vegetaraj kaj parencelaj eldonaĵoj.

Fort mit Brille und Augenglas! (For la okulvitrojn!) Germanlingva, 143-paĝa libro de D-ro med. W. Luftig, Berlino W. 15, Uhlandstr. 28, Germanujo, pri vojoj por plifortigo de la vidkapablo kaj evito de okulvitroj. Havebla ĉe la aŭtoro; prezo kartonbindita RM 1.50. La libro klarigas la metodon de la Novjorka kuracisto D-ro Bates. 12-a eldono.

La Vivisezione (La vivisekcado), itallingva ilustrita libro de D-ro med. Gennaro Ciaburri, Bologna 16, Italujo, Via Guidotti 53, eldonita de Fratoj Bocca, Torino, Via Carlo Alberto 3; prezo Lit. 25.—. Tre valora libro pri faktoj bedaŭrinde tro malmulte konataj. Angela Maria Almi dediĉis al D-ro Ciaburri en la ĉiutaga Corriere Emiliano (5. 1. 30) longan laŭdan artikolon, en kiu ŝi interalie trafe diras:

„Aŭskultu la varman parolon de ĉi tiu instruanto de boneco; legu ĉi tiun libron pli utilan kaj interesan ol estas romano. Kaj ĉi tie mi petas la permeson por doni specialan konsilon aŭ riproĉon al tiuj bestamantoj, kiuj, aŭdante dirojn pri vivisekcado, kvazaŭ falas en deliron kaj protestas: „Silentu, mi petas, mi ne povas aŭskulti tiajn teruraĵojn!" Pardonu, karuloj; sed vi favoras sen via intenco viajn kontraŭulojn, nome „tiujn terurajn scienculojn sen koro". Ĉar, se vi rifuzas esti informataj pri la krimoj de la scienco, vi estos de iu ajn kontraŭulo iom sagaca, mi ne diras klera, konvinkata per iuj argumentoj ridindaj, kiujn vi pro nescio ne povas refuti."

Adreso de la itala organizo kontraŭ vivisekcado: Unione Antivivisezionista Italiana, Bologna, Via Castiglione 22.

Die Friedensfront, redaktanto D-ro Arnold Kalisch, Berlino-Hermsdorf, germana organo de la Ligo de Militrezistantoj, enhavis en sia 7-a numero, aprilo 1930, specialajn artikolojn pri vegetarismo. Estas ĝojige, ke la gvidantoj de tiu movado vidas la parencecon de la vegetarismo kun la radikala pacelado. La adreso de la germanaj militkontraŭuloj estas ĉe Alfred Oehmke, Berlino-Bohnsdorf, Polkwitzerstr. 25.

Lebensverlängerung durch lebende Nahrung (Vivplilongigo per vivanta nutraĵo), de Eva Wende, eldonejo Tank-Wende, Stolzenhagen bei Stettin, Kirchenstr. 17, prezo RM 0.85, 32-paĝa germanlingva broŝuro kun enkondukaj diroj de nia samideano D-ro Wilhelm Winsch. La enhavo estas surpriza eĉ por vegetaranoj; ĉar la aŭtorino pledas ne nur por vegetarismo, sed eĉ por sinnutro per floroj, arbfolioj kaj pingloj de koniferoj.

Kvankam la ideoj esprimitaj en la broŝuro estas simpatiaj al paccelantoj kaj vegetaranoj, ŝajnas al mi dube, ĉu tia ĝeneraligo de nutroprincipoj estas utila. Oni ja raportas el la mezepoko, ke virinoj dum dekkvin jaroj kaj pli da tempo manĝis efektive nenion kaj nutris sin nur per akvo; sed tiaj fenomenoj estas esceptoj, eble eĉ

malsanoj, kaj laŭ ĉio rezultas, ke tiaj personoj ne laboris. Eble ekzistas periodoj en la vivo de multaj homoj, en kiuj la nemanĝemo estas tre forta kaj ne malutila por ili; D-ro Riedlin raportis pri tiaj fenomenoj antaŭ kelkaj jaroj en la germana „Vegetarische Warte“. Kiel ideoj propagandataj tiaj emoj tamen n e taŭgas kaj eĉ fortimigas de nia celado personojn, kiuj tute bone komprenus la utilon de simpla vegetara reĝimo.

Ankaŭ alia faktoro estas atentinda: la troa okupiĝo pri tio, kion ni manĝu, faras nin sklavoj de nia stomako kaj absorbas niajn pensojn tiel, ke ni ne povas plu interesiĝi je multaj gravaj problemoj sociaj kaj ekonomiaj nek riĉiĝi per la trezoroj de la intelekto.

Nachrichtenblatt der Internationalen Bewegung für Christlichen Kommunismus, eldonanto Přemysl Pitter, Prago X, Karlín, Čelakovského 7; ponumere kĉ. 2.—. Germanlingva. Rekomendas Esperanton.

Naturisme, granda ĉiusemajna ĵurnalo pri homa kulturo, franclingva, direktoro D-ro André Durville, redaktanto D-ro Gaston Durville, 15-bis, rue Cimarosa, Paris 16, Francujo. Aperas ĉiu-ĵaŭde. Jarabono en Francujo 40, eksterlande 51 fr. fk. (antaŭa titolo „La Vie Sage“). Oficiala organo de la franca Societo Naturista kaj de la Insulo de la Naturistoj. La naturistoj kreis, sur insulo en la Sekvano (Seine), centron de praktikantaj naturistoj en la senco de vivado en freŝa aero, korpa sinekzercado, vegetara sinnutrado.

Sur la sama insulo Médan, ĉe Villennes-sur-Seine (Seine-et-Oise), oni konstruis urbeton „Physiopolis“, kiu estas kampdomaro kaj tendaro, de naturamantoj. Ĉiudimanĉe miloj da personoj vizitas la insulon, por tie pasigi la tutan tagon en banvestaĵo, ĝuante la sunon, la liberan aeron, remante, sportante ktp.

Novo Obŝtestvo (Nova Homaro), perioda folio eldonata de St. Bajrov sub devizo „Ĉiuj homoj estas gefratoj kaj membroj de unu granda familio“; bulgarlingva. La nova adreso estas Strato Iv. Asen II, 93, Sofio.

Régénération, organo de la Interliga Streko (Trait d'Union), 73-bis, Rue Bobillot, Parizo 13, Francujo, enhavas en sia junia numero denove artikolon pri Esperanto, de nia nelacigebla kunlaborantino Cécile Royer.

Wegweiser für Lebensreformer, eldonita de Christian G. Überreich, Hamburgo 36, K. Wilhelmstr. 79—85, Germanujo, enhavas sur 64 paĝoj 870 utilajn adresojn de vegetaraj manĝejoj, sanatorioj, vendejoj ktp. Poŝformato; prezo RM 0.25. Necesa por ĉiu vegetarano, kiu vojaĝas.

Liga-Verlag, eldonejo de D-ro Bachmann, Charlottenburg 2, Kurfürstenallee 40, Germanujo, publikigis en 5-a eldono la utilan **Liston de Gazetoj pri Vivreformo kaj Kuracreformo,** prezo RM 1.—.

Verlag (eldonejo) Neu-Sonnefelder Jugend, Heppenheim, Bergstrato, Germanujo, gvidanto Hans Klassen, publikigis jenajn verkojn:

Leo Tolstoj und die Gegenwart (L. T. kaj la estanteco), de Valentino Bulgakov, prezo RM 1.15.

Märtyrer der neuen Ordnung (Martiroj de la Novaranĝo), el la historio de la Duĥoboroj; notoj de Tolstoj kaj Birjukov; prezo 1.80.

Sie starben um des Glaubens willen (Ili mortis pro la kredo), de Valentino Bulgakov. Pri la suferoj de Tolstojanoj en la revolucia periodo de Sovjetunio; prezo RM 2.—.

Mensch und Kreatur (Homo kaj Vivantaĵo), broŝuro de Julie Schlosser; prezo RM 0.60. Tiu verketo estas vere tre valora. Delikata sento kaj bona stilo estas ĝiaj karakterizaj trajtoj, kaj tute mankas la sentimentalismo de homoj, kiuj tenas birdojn en kaĝoj aŭ uzas bestojn kiel ludilojn, kredante sin bestamikoj. Tre valora verko!

Die neue Erde (La nova Tero), fabeloj de diversaj aŭtoroj, kiuj pentras la ĝustan rilaton inter homoj kaj bestoj kaj montras vojon por eduko al nova, vere humana kulturo. Prezo RM 3.30; havebla ankaŭ en kvar partoj izole valoraj; ĉiu parto RM 0.95.

La citita eldonejo publikigis multajn valorajn eldonaĵojn, kaj tial interesuloj petu de ĝi liston de la aperintaj verkoj.

Die Frau und der Vegetarismus (La Virino kaj la Vegetarismo), de Marg. von Hagen; eldonis Johannes Baum, Pfullingen en Virtembergo, Germanujo. Bona propaganda broŝuro; prezo ne montrita.

The Art of Living (La vivarto), eldonanto Oscar Schleif, Papeete, Tahiti, Polinezio; anglalingva cirkulera bulteno, kiu en iom stranga stilo kaj laŭ iom frapanta vidmaniero priparolas multajn aferojn, akcentante la vegetarismon kaj citante ankaŭ nian bultenon. Prezo por ok monatoj: 1 dol.

Die Tierhilfe (La Helpo al Bestoj), Frankfurt a. M., Taunusstr. 31, Germanujo; organo por la protekto al bestoj kaj kontraŭ vivisekcado. Bonintenca, sed bedaŭrinde tro neserioza kaj infana eldono.

Natur og Kultur (Naturo kaj Kulturo), norvega vegetara kaj paccela revuo. Aperas 10-foje dum jaro; jarabono 4 nkr. Redaktanto: fraŭlino Elisabeth Fleischer, Kort Aglers gate 38, Oslo. La red. estas la sekretariino de la Norvega Vegetara Ligo. Dua jaro. Larĝhorizonta interesa revuo, en kiu ankaŭ Esperanto en pluraj lokoj estas citata.

Trzeźwość (Sobreco), ilustrita monata revuo, organo de la Pola Societo por Batalo kontraŭ la Alkoholismo „Sobreco“ kaj de la Abstinula Ligo inter Fervojisto. Redaktanto Jan Szymanski. Adreso: Varsovio, strato Żórawia 21, m. 28; Polujo. 5-a jaro. La numero 1—2 enhavas informon de nia samideano instruisto Głuchowski pri Esperanto en la servo al vegetarismo, batalo kontraŭ alkoholo kaj batalo kontraŭ tabako. Ĝi raportas ankaŭ pri la morto de Prof. D-ro Benedikto Dybowski, la 31. 1. 30, en Leopolo. La plej granda parto de liaj 97 vivjaroj estis plena je laboro kontraŭ ĉio malbona, speciale kontraŭ la alkoholo. M. Skiba akuzas la inteligentulojn, artistojn kaj literaturistojn, speciale de la radiostacioj, ke ili ne scias pentri ĝojecon kaj gajecon (speciale dum novjara nokto) alie, ol sub aspekto de glorigo al la alkoholo, al ebrieco.

Nature's Path (Vojo de l' Naturo) kaj **„Der Hausdoktor“** (La Hejmkuracisto), monataj revuoj eldonataj de Benedict Lust, 236 East 35th Street, Novjorko, Usono.

Palas, hispanlingva revuo monata eldonata de Carlos Brandt, 3603, Broadway, Novjorko, Usono. Jarabono 2 dol.

Esperantaj eldonaĵoj.

Bengalaj Fabeloj, de Lakŝmisŭar Sinha, Eldona Societo Esperanto, Stokholmo 1, Svedujo; prezo 1 skr. Bona lingvo, bona papero, bela eldonaĵo. Naivaj simplaj fabeloj, taŭgaj kiel legaĵo por kursoj. La sama societo jam eldonis drameton de la sama hinda aŭtoro: „Sivaĝi“. De la fabeloj aperis aparta eldono kun paralela sveda teksto.

Lastatempaj eldonaĵoj de **„Heroldo de Esperanto"**, Kolonjo, Germanujo, Brüsselerstr. 94:

En Okcidento Nenio Nova, de Erich Maria Remarque, kun portreto de la aŭtoro, broŝurita RM 5.—, tuttole bindita RM 7.—. Al tiu ĉi valora libro aplikiĝas la artikolo de nia lasta bulteno: „Kiu scias legi?" Kiu scias legi tiun ĉi libron, tiu ne trovos eĉ la plej radikalan propagandon kontraŭ naciismo, tiu pesto de nia epoko, tro forta.

Storm (Heitmüller): Du majstro-noveloj. (La Blankĉevala Rajdanto, kaj: Violo trikolora.) Broŝurita RM 2.40, bindita RM 4.—.

Stellan Engholm: Al Torento. Novelo originale en Esperanto. Prezo RM 1.50.

D-ro Trögel (Schröder): Esperanto kaj kulturo. Prezo RM 0.80.

Fratoj Grimm: Du fabeloj. Prezo: RM 0.30.

La semajnaj revuoj **Heroldo de Esperanto** kaj **Sennaciulo,** lastfoje de ni cititaj pro kontraŭvegetarismaj artikoloj, enhavis nun tre bonajn refutajn artikolojn favorajn al vegetarismo, nome: la unua en sia 13-a numero, de A. Pafomov, la dua en sia 287-a numero, de Etty Gräffe.

ISK, trimonata esperanta eldono de la Internacio de Socialista Kunbatalo, jarabono sfr. 2.—, adr. Henriette Danneil, Servette 79, Ĝenevo, Svisujo. La januara numero parolas pri la regularo, kiu fiksas certajn minimumajn postulojn kontraŭ la gvidantoj de la movado kaj diras: „Tial ni starigis minimumajn postulojn, kiuj al „granda" politikisto aperas tiom etaj, ke li preferas, eĉ tute ne atenti ilin. Certe, alkoholabstino, vegetarismo kaj eksiĝo el eklezio aperas al ni kiel memkompreneblaj postuloj, kiujn ĉiu povas individue jam plenumi. Sed kiel ĉiuj praktikaj postuloj, ili enhavas ankaŭ **edukan** valoron, kiun ni opinias same grava. De tiu, kiu ne kapablas fari tiujn oferetojn, kiuj certe ne sufiĉas por igi homon klasbatalanto, de tiu oni ja ne povas atendi pli multe, eĉ se li faras la plej viglajn revoluciajn paroladojn."

La Vero pri Persekutoj kontraŭ Religio en USSR, de M. Ŝervud, 62-paĝa broŝuro eldonita de la Unio de Militantaj Ateistoj kaj Centra Komitato de la Sovjetrespublikara Esperantista Unio. Prezo 25 kop. Havebla ĉe la C. K. de Sovjetrespublikara Esperantista Unio, Spiridonovka 15, Moskvo, Sovjetunio, aŭ ĉe R. Lerchner, Colmstr. 1, Lipsio O. 27, Germanujo.

Tiu broŝuro rebatas la atakojn faratajn kontraŭ Sovjetunio pro la agoj, per kiuj la sovjeta registaro defendas sin kontraŭ la politika propagando farata sub masko de religio kontraŭ la ŝtata sistemo de USSR. La broŝuro deklaras, ke ekzistas plena religia libereco en Sovjetunio; ĉar nur tiuj personoj kaj organizoj estas, kaj ĝuste, persekutataj, kiuj vualas sin per religiaj pseŭdoceladoj, por sukcese subfosi la ŝtatan kaj ekonomian konstruaĵon en Sovjetunio.

Usona fabriko de vinagro premiis jenan afiŝoskizon: Kristo sur la kruco rifuzas la vinagrospongon de la roma militisto per la diro, ke al ĉiuj aliaj kvalitoj li nepre preferas la vinagron de la firmo S. en B.

La „Pasiaj Teatroludoj" en la vilaĝo Oberammergaŭ (Bavarujo, Germanujo), faras grandstilan komercan reklamon laŭ modelo de kinematografejoj kaj filmsteloj.

La kapitalista Okcidento, kiu faras tiajn blasfemojn kaj toleras ilin, certe ne havas la rajton indigni kontraŭ politikaj kontraŭuloj, sed devus honteĝi pro tiaj elmontroj de avida, banala komercemo.

La Espero, organo de la Hankoa Esperanto-Asocio, poŝtkesto 54, Hankoŭ, Ĉinujo.

Naciismo, de E. Lanti, eldonejo Sennacieca Asocio Tutmonda, 23 Rue Boyer, Parizo 20, Francujo, kaj Lipsio O. 27, Colmstr. 1, Germanujo. 122-paĝa, bonpapera, bone presita kaj bonege verkita libreto, rekomendinda al ĉiu esperantisto. Prezo RM 1.30.

Zamenhof, de E. Drezen, eldono ĉe SAT, kiel ĉi-supre, 49-paĝa broŝuro, prezo RM 0.70. Al la aliaj libroj dediĉitaj al la geniulo Zamenhof, ĉi tiu verketo formas bonvenan aldonon. Sen kulto al la persono, Drezen, kvankam montrante la limojn de la Zamenhofa horizonto, pligrandigas nian admiron por la faro de tiu grandulo.

Persa Ŝlosilo de Esperanto, laŭ la Ĉefeĉa maniero; prezo sfr. 0.35 plus 10% da sendkosto; havebla ĉe nia samideano, abonanto de Vegetarano: A. Darjuŝ-Nemseĉi, 24 Sheskian, Tabrizo, Persujo. Li akceptas respondkuponojn kaj eksterlandan papermonon.

Juneco kaj Amo, Legendo el Venecio, verkita de Edward S. Payson; eldonis The Esperanto Publishing Co. Ltd., havebla ĉe la Brita Esperanto-Asocio, 142 High Holborn, Londono W. C. 1, Anglujo. Broŝurita 1 ŝ. 3 p., bindita 2 ŝ. 6 p.

La Suda Kruco, Oficiala Organo de la Aŭstralazia Esperanto-Asocio fondita en 1920; adreso Box 731 F, Elizabeth-str., P. O., Melbourne, Aŭstralio. Jarabono 5 ŝil., unu numero 4 p.

Jen la Homo, de P. Dynov, biblioteko „Nova Kulturo", adreso Atanas Nikolov, Strato Car Ivan Ŝiŝman 19, Burgas, Bulgarujo.

BES-a adresaro 1929—30, Bohema Esperanto-Servo, Potŝtejn, Ĉeĥoslovakujo. Oka eldono, prezo 1 sfr.

Jarlibro de la Lingva Komitato kaj de ĝia Akademio, 1930, Parizo 9, 51 Rue de Clichy, Esperantista Centra Librejo; prezo 2 fr. fk.

Grenoble, Francujo; la Esperantista Grupo, 6 Boul. Gambetta, dissendis ilustritan propagandfolion pri la Elektroteknika Instituto en Grenoble, en Esperanto.

La Evangelio laŭ Sankta Marko, eldonita en 59-paĝa libreteto de la Brita kaj alilanda Biblia Societo; havebla ĉe W. Duregger, Scheibenstr. 22, Traŭnstein, Bavarujo, Germ.

Barcelona Stelo. Informa Bulteno de la Esperanta Grupo Barcelono, Strato Borell 253, en lingvoj Esperanta, kataluna kaj hispana.

Antaŭen, oficiala gazeto de la Hungara Esperantista Societo Laborista, redaktanto Sigismundo Tieder, Budapeŝto VIII, József-körút 50.II.9, Hungarujo.

La 15-a Internacia Katolika Esperanto-Kongreso, poŝtadreso Budapeŝto 62, poŝtfako 203, okazos de la 16-a ĝis la 21-a de aŭgusto 1930-a.

Pola Esperantisto, adreso Krakovo, ulica Lubicz 34, raportas en sia maja numero pri **Jan Kochanowski,** unu el la plej grandaj polaj poetoj de la 16-a jarcento.

Mondkarto Plata Egalarea, prezentas provon de nia samideano N. W. Frost, urbo Brownfield, ŝtato Maine, Usono, prezenti mondopartojn laŭ ĝusta porporcio malgraŭ la malhelpo de la fakto, ke globforma areo ne povas esti skizata en ekzaktaj proporcioj sur ebena papero.

Kvitancoj.

Post la kvitancoj en „Vegetarano" XIII/1, la kasisto ricevis jenajn pagojn aŭ informojn pri jenaj pagoj al la landaj sekretarioj: (Daŭrigon vidu sur paĝo 26!)

Internacia Vegetara Unio. / The International Vegetarian Union.
Union Internationale Végétarienne. / Internat. Vegetarische Union.

Sekretario: Red. Hans Feix, Warnsdorf VI/1810, Ĉeĥoslovakio.
Kasisto: Oluf Egerod, Rödkildevej 40, Brönshöj, Kopenhago, Danujo.

Al la kasistoj de la unuiĝoj!

Bonvolu laŭeble plej baldaŭ sendi al mi la kotizon por la jaro 1930-a, nome 1% el la sumo de via kotizenspezo dum la lasta bilancjaro.

Plej bone estas sendi la monon per poŝtmandato aŭ al la poŝtkonto „Oluf Egerod, Kopenhago 282". Oni akceptas ankaŭ bankĉekojn aŭ banknotojn en rekomenditaj leteroj. Ne dezirataj estas poŝtmarkoj.

La kasisto de la Internacia Vegetara Unio:
Oluf Egerod,
Rödkildevej 40, Brönshöj, Kopenhago, Danujo.

To the Treasurers of the Societies!

Please send at your earliest convenience the contributions for 1930, viz. 1% of the total contributions paid by your members during the last financial year.

Money may be sent by postal money-order or paid to the postal account „Oluf Egerod, Copenhagen 282". Bank cheques and bank notes in registered letters may also be sent; but please do not send stamps.

The International Vegetarian Union's Treasurer:
Oluf Egerod,
Rödkildevej 40, Brönsböj, Copenhagen, Denmark.

Til foreningernes kasserere!

Man bedes venligst omgående tilsende mig kontingent for 1930, nemlig 1% af foreningens samlede medlemsbidrag for sidste regnskabsår.

Sendes bedst pr. international postanvisning eller til postgirokonto „Oluf Egerod, Köbenhavn 282". Noterede checks og pengesedler i anbefalet brev modtages også. Derimod ikke gaerne frimaerker.

Den Internationale Vegetariske Unions kasserer:
Oluf Egerod,
Rödkildevej 40, Brönshöj, Köbenhavn.

An die Kassierer der Vereine!

Es wird um umgehende Bezahlung der Beiträge gebeten, und zwar 1% der Gesamtbeitragseinnahme jedes Vereins.

Am besten ist es, durch Postanweisung oder Einzahlung auf das Postkonto „Oluf Egerod, Kopenhagen 282" zu zahlen. Schecke und Banknoten in eingeschriebenen Briefen werden auch angenommen; dagegen sind Briefmarken nicht erwünscht.

Der Kassierer der Internationalen Vegetarier-Union:
Oluf Egerod,
Rödkildevej 40, Brönshöj, Kopenhagen.

Aux trésoriers des sociétés!

On est prié d'envoyer le plus tôt possible la cotisation pour 1930, notamment 1% du total des cotisations de ses membres.

Veuillez envoyer les montants dûs ou par mandat postal ou sur le compte postal „Oluf Egerod, Copenhague 282". Des chèques et des billets de banque, renfermés dans une lettre recommandée, sont acceptés aussi; mais évitez les timbres-poste.

Le trésorier de l'Union Végétarienne Internationale:
Oluf Egerod,
Rödkildevej 40, Brönshöj, Copenhague, Danemark.

¡ A los cajeros de las sociedades!

Se ruega pagar prontamente la contribución del año 1930, a saber 1% del importe total contribuido por los miembros de cada sociedad durante el último año administrativo.

Se recomienda mandar los importes por giro postal o por transferencia en la cuenta postal „Oluf Egerod, Copenhague 282". Se aceptan cheques de banco, en cartas certificadas, también; pero no se desean sellos de correo.

El cajero de la Unión Vegetariana Internacional:
Oluf Egerod,
Rödkildevej 40, Brönshöj, Copenhague.

Deknaŭa Bulteno.

La sekretario de IVU dankas ĉiujn amikojn kaj organizojn pro la donitaj simpatiesprimoj por Prof. Ude. Centoj da ĉiutagaj gazetoj kaj vivreformaj revuoj represis la artikolon pri Prof. Ude, kaj la multaj leteroj adresitaj al la episkopo en Graz certe faris impreson al la aŭtoritatoj eklezaj en Seckau.

La afero ankoraŭ ne estas decidita, kaj momente la episkopo ne povas ŝanĝi sian decidon pro tio, ke li devas atendi la rezulton de apelacio en la Vatikano. —

Vegetarano Schröter en Stutgarto, Germanujo, pre-

Ninteenth Bulletin.

The IVU's Secretary wants to express his gratitude to all friends and organizations for the sympathy shown to Prof. Ude. Hundreds of articles in daily newspapers and food-reform papers about Prof. Ude, and a big lot of letters addressed to the Bishop of Graz did certainly not fail to impress the ecclesiastical authorities at Seckau.

The matter is still pending, because the bishop cannot change his decision at present on account of an appeal still being pending at the Vatican. —

paras libron pri „La Vegetaranoj de Eŭropo" kaj pro tio petas, ke samcelanoj el ĉiuj landoj lin helpu, sendante biografiojn de konataj vegetaranoj, se eble kun portretoj. Oni sendu ĉion al la ĝenerala sekretario (Warnsdorf).

Ĉiuj ligoj bonvolu sendi, almenaŭ unufoje en ĉiu jaro, raporton pri sia agado, kaj raporti ĉiam tuj, kiam io grava okazis. —

Our friend Schröter, at Stuttgart, Germany, is compiling a work about „The Vegetarians of Europe" and should feel obliged to all friends who will send him biographies and, if possible, portraits, of famous vegetarians. Everything is to be sent to the secretary at Warnsdorf. —

All societies are asked to send, at least once in a year, a report about their activity and to report always immediately about important events. —

Toutes les sociétés sont priées d'envoyer au moins une fois par année une relation sur leur activité et d'informer toujours immédiatement notre sécrétaire sur les évènements importants pour les végétariens.

Our last issue contained an Esperanto article about Prof. Ude, of which we give here the English version:

Actual Christian Action, A Crime?

The University Professor, Johannes Ude, Doctor of Theology, Philology, Political Economy and Sociology, at Graz, Austria, the well known reformer has devoted about thirty years of his life to such noble work as fighting for prohibition (alcohol and tobacco), for vegetarianism, for world peace. He has fought against prostitution, white slave traffic, duelling and capitalism.

He founded a people's movement at the time of the parliamentary election in 1927. He was called, „The Second Savonarola". He attacked political corruption and demanded economy and justice.

Mortgaging his salary for several years to come he financed and organized a home for prostitutes. Thanks to his energy and initiative a plebiscite on prohibition was arranged in Austria. He made innumerable speeches in town and country in order to rouse enthusiasm and gain votes for the cause. He is also an enthusiastic worker in the animal protection and anti-vivisection movements. In order to reach a wider public he contributes articles to papers and magazines. Of his brochure „For the Enlightenment and Moral Education of the People" more than 500 000 copies have been distributed. Professor Ude's newest book, „The Social Ethics of the Ideal Citizen", is of fundamental import.

It is of course natural that such an eminent and world famous professor should, chiefly on account of his political views, meet with much opposition, especially among his own colleagues, when one considers how fearlessly he condemns every kind of corruption and evil, irrespective of personal considerations, and how he demands uncompromising obedience to the moral law.

He found himself at variance with several political parties and responsible people, chiefly on account of his insistent demand for religious sincerity and government toleration for members of other creeds. The fact that this disagreement resulted in Professor Ude's total suspension provoked not only in Austria but throughout Europe whereever Prof. Ude's work was known, very great indignation.

We intentionally avoided dealing with this matter earlier. But now that it is being discussed in all the newspapers we consider that we owe to our readers an explanation of the facts.

A speech entitled, „The Meaning of the Eucharist in the Social Life of Catholics", gave the bishop a plausible pretext for proceeding against Prof. Ude. Here was the possibility of hiding the political motive and finding fault with Prof. Ude as a theologian. The latter faithfully recorded the facts, and his account accidentally appeared in the press.

The central point which appears from this authentic record is that the bishop made Prof. Ude correct a certain detail in the article about the Eucharist (the speech was published in „Das Neue Volk", Vienna). Prof. Ude was uneasy and procured an interview for an explanation of the correction which many people misunderstood. The interview left Prof. Ude still unsatisfied. The sequel was the interdict already quoted. The secret aim of the proceedings was realised. A troublesome and dangerous teacher has been banished from public life.

Although Prof. Ude is greatly distressed, he, as a Catholic priest, has unconditionally accepted the judgment of his superior.

Thousands of sympathisers and friends of Prof. Ude whether Catholics or otherwise feel deeply indignant that such a noble and courageous fighter should be suspended from his work, and they eagerly anticipate the reversal of this unjust judgment.

(Translated from Esperanto by Hilde Lane.)

La sociekonomia signifo de la vegetarismo.

Parolado de Prof. D-ro Johano Ude el Graz, Aŭstrujo, dum la Sepa Internacia Vegetara Kongreso, 1929.

(Daŭrigo el n-ro 1, 1930.)

Nun ni komparu laŭ ekonomia vidpunkto la viandnutraĵon, aŭ pli ĝuste, la produktadon de la viandnutraĵo kun la produktado de vegetaĵa nutrajo sufiĉa por taŭga vivteno. Tia komparo permesos al ni konstati, ĉu por la socia ekonomio estas pli konvene, produkti vegetaĵan nutraĵon aŭ ĉu estas preferinde, produkti bestdevenan nutraĵon, nome viandon. Tiam ni povos juĝi, ĉu ĝardenkulturo kaj senbesta kampkulturo povas esti preferataj al la buĉbestbredado aŭ male. El tiu respondo rezultos ankaŭ, ĉu kaj laŭ kiu grado pro sociekonomiaj konsideroj la vegetara vivado devas esti alcelata kaj favorata, t. e. ĉu kaj laŭ kiu grado la viandmanĝado devas esti limigata. Nur flanke mi diru, ke ankaŭ etikaj motivoj ĉi tie povas esti gravaj kaj por multaj personoj estas eĉ decidaj.

Tre valoran helpon, por solvi ĉi tiun demandon, donas al ni la dana kuracisto D-ro Hindhede en sia libro „La nova Trofologio" (Die neue Ernährungslehre, eldonita ĉe Emil Pahl, Dresdeno 1922). Ĉie, kie mi citos D-ron Hindhede kiel pruvspertulon, la citaĵoj estas prenitaj el ĉi tiu libro.

Rilate je la a r e o necesa por trofologie samvaloraj kvantoj de viando kaj de vegetaĵaj nutrajoj, Hindhede

diras, ke per unu hektaro, lakto-vegetaĵe nutrante sin, povas vivi sep personoj. Laŭ tio, ekzemple, Germanujo kun sia areo de 26,4 milionoj hektaroj da kulturebla tero povus nutri tre bone 185 milionojn da homoj; sed nun, kun vasta bestbreda kulturo, ĝi nutras nur 65 milionojn da homoj.

La antaŭmilita aŭstrohungara regno, kun 26,4 milionoj ha da kulturebla tero, povis nutri 185 milionojn, sed fakte nutris nur 52 milionojn da homoj. Laŭ tiu kalkulo Eŭropo, kun 272 mil. ha da kulturebla kampo-tero, povus tre bone nutri 1704 milionojn da homoj, sed nun nutras da ili nur 452. Usono donus nutraĵon al 1178 milionoj, sed nune nutras nur proksimume cent milionojn da homoj. Tiuj nombroj diras al ni pli insiste ol vortoj, ke dum jarcentoj ankoraŭ ni ne bezonos malĝoji pro troa homamasiĝo sur la tero, ke tial la novmaltusana nemorala praktikado de propravola naskoevito jam pro tiuj ĉi motivoj ne havas ekzistrajton.

La cititaj nombroj tamen fariĝas ankoraŭ pli instruaj, se ni pripensas jenajn faktojn: Donante al la bestaro nutraĵojn taŭgajn por la homo, oni perdas proksimume 75 ĝis 80% de la nutra valoro.

La dana komitato por nutraĵdispartigo, laŭ raporto de Hindhede en la citita libro (paĝo 142), elkalkulis sur bazo de ciferoj el la ĉiutaga vivo, ke la nutraĵperdo estas: ĉe porkbredado 81.3%, ĉe laktmastrumado 81.6% kaj ĉe bovbredado kaj bovgrasigo 94.7%. Alivorte: tiuj tri metodoj de nutraĵhavigo donas rezulton de 18.7, 18.4 kaj 5.3% el la nutraj valoroj de la uzitaj bestnutraĵoj. Kaj sur paĝo 65 la citita aŭtoro diras: „Por havigi 60 kg da porka viando (buĉeja pezo), kun enhavo de 11% da albumeno kaj 33% da graso, oni foruzis ekzemple 265 kg da greno kun 12% da albumeno, 2.4% da graso kaj 69% da karbonhidratoj, krome 450 litrojn da senkrema lakto kun 3% da albumeno, 0,1% da graso kaj 5% da karbonhidratoj."

Se ni nun komparas la nutraĵojn donitajn al la porkoj kun la kvantoj de albumeno kaj graso de ili havigitaj, ni ricevas jenan bilancon:

gajno en 60 kg da viando: albumeno 6.6 kg.
graso 19.8 kg.

Elspezitaj estas el la 45.3 kg da albumeno (en la greno 31.8 kg, en la lakto 13.5 kg) de greno kaj lakto 38.7 kg kaj krome ĉiuj 205.35 kg da karbonhidratoj (en la greno 182.85, en la lakto 22.5 kg). Laŭ kaloria kalkulo, rezultas ĉe la produktado de porka viando perdo de 880 mil kalorioj. Tio signifas, ke por la havigo de 211 mil kalorioj sub vianda formo oni oferis 880 mil kaloriojn el la 1091 mil kalorioj enhavitaj en la greno kaj senkrema lakto donitaj al la bestoj. Tiuj ĉi 880 mil kalorioj perdiĝis per la vivprocedo de la porko. Hindhede diras (paĝo 66): „Se oni produktas lakton kaj bovoviandon, la perdo estas same granda aŭ eĉ pli granda."

Ragnar Berg kaj Martin Vogel (paĝoj 198 kaj 212) pruvas jenon: Kulturante sekalon, oni bezonas nur unu hektaron, por nutri 4 plenkreskulojn kaj unu infanon inter 6 kaj 7 jaroj, dum unu jaro. Ĉe terpomkulturado sufiĉas la sama areo por 11 plenkreskuloj kaj 2 sesjaraj infanoj. Donante al bestoj la 2000 kg da greno rikoltebla sur ĉi tiu areo, oni havigas 420 kg da vivantaj porkoj, = 330 kg da porka viando aŭ 350 da vivanta bruto = 210 da normala bovoviando. Se oni kalkulas por mezpeza, mezintense laboranta plenkreskulo mezan kaloribezonon de 3 mil kalorioj kaj se oni prenas kiel bazon 2498 kaloriojn por 1 kg da porkviando kaj 1471 kaloriojn por 1 kg da bovoviando (ĉiam meza graseco), oni bezonas tage proksimume 1200 g da mezgrasa porkviando freŝa aŭ 2040 g da freŝa mezgrasa bovoviando, por liveri tiujn 3 mil kaloriojn. Do, la porkvianda produktado sur unu hektaro por du plenkreskuloj sufiĉus por 137 tagoj, la bovovianda produktado por unu plenkreskulo nur por 103 tagoj.

Laŭ Hindhede (citita de Rothe „Das soziale Rätsel", eldonejo Pahl, Dresdeno, 1914, paĝo 70) la bovo manĝas la nutraĵkvanton de ses viroj en unu jaro kaj donas nutraĵon nur por unu viro kaj nur por cent tagoj.

(Finota.)

(Daŭrigo de la „Kvitancoj" sur paĝo 25.)

Barrot, López, Morozov, García, Kalvo, Hess, ĉiu pes. 2.—, Bakarović Lev. 50.—, Rissom 3.50, Schütt 3.—, Bihari 3.—, Joó 3.—, Pomona nfl. 5.—, De Haas, Ortt, van Borrendam, Boeken, Nanta, ĉiu nfl. 2.—, Hawkins ŝil. 4/-, Harris, Smith, Neuwirth, Bluett, Goodall, Deane, L. Skeen, Lane, ĉiu ŝil. 3/-, Ge-Yelland 10.—, Gelfand 3.—, Varsovia Librejo 2.50, Mitkov por div. anoj 25.—, Brnjac pesoj arg. 2.—, Corral p. arg. 2.—, Rambousek kĉ. 100.—, Michalek kĉ. 25.—, Menschick 3.—, Jones ŝil. 3.—, Merrick-Londono ŝil. 3.—, Brenander skr. 2.—, Rosenberg skr. 3.—, Bacher, Tiard, Philippet, ĉiu fr. fk. 20.—.

Dankon al ĉiuj pagintoj! Hezitemuloj bonvolu pripensi, ke en movadoj tiaj, kia la nia, oni ne devas demandi, kiom oni ricevos kontraŭ sia mono, sed kion oni povas d o n i, por utili al la komuna afero.

Ĉiuj kunlaborantoj laboras senpage, tio estu ripetata, por ke oni sciu, ke la tuta mono kotizata servas al la akcelo de nia afero. La kasisto.

Respondoj, Informetoj, Petoj kaj Deziroj.

La Internacia Junulara Ligo (adreso Aase Haugaard, poŝtkesto 122, Kopenhago K., Danujo, havos tiun ĉi jaron sian ĝeneralan renkontiĝon en Daugaardstrand ĉe la Fjordo de Vejle, Jutlando, Danujo, de la 26-a de julio ĝis la 10-a de aŭgusto.

La Redaktanto ne povas doni individuan respondon al ĉiu letero aŭ poŝtkarto ricevita.

Gvidanto de la vegetara (naturisma) movado sub la duoninsulo Jukatano (Meksikio) estas Doktoro Hernán Alpuche Solís, Calle 60 No. 357-a, urbo Mérida.

La adreso de **Valentin F. Bulgakov** estas Prago — Velká Chuchle 14, Ĉeĥoslovakujo.

Informojn pri organizoj de la **Svedaj Abstinuloj** donas Fritiof Ahnfeldt, Torskors, Svedujo.

Internacia Ĉe-Instituto de Esperanto. Nia fervora samcelanino Julia Isbrücker, Oostduinlaan 32, Hago, Nederlando, dissendas flugfolion pri ĉi tiu nove fondita, tre grava instituto, centro de la preskaŭ mirakla instrumetodo de nia samideano Andreo Ĉe. Tiu afero meritas plej intensan atenton, kaj interesuloj turniĝu al la citita adreso.

Korespondadon deziras Alfred Vogel, Reformhaus, Ebersbach Sa., Germanujo, pri nutraĵoj kaj ilia preparo; kosto de nutraĵoj kaj meza laborista enspezo; higienaj aranĝoj ktp. La informoj dezirataj estas bezonataj por scienca laboro pri la temo „La saniga nutrado de la homo".